সংক্ষিপ্ত গার্হস্থ্য-চিকিৎসা

বা

আয়ুর্ব্বেদীয়

মুষ্টিযোগ-সংগ্রহ।

মহামহোপাধ্যায়

কবিরাজ শ্রীগণনাথ সেন

বিদ্যানিধি সরস্বতী—এম্-এ, এল্-এম্-এস,

প্রণীত।

দ্বিতীয় সংস্করণ।

(পরিবর্দ্ধিত ও পরিবর্ত্তিত)

৯৪নং গ্রে ষ্ট্রীট, কলিকাতা।

কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবন।

কবিরাজ—

শ্রীচারুচন্দ্র গুপ্ত এইচ্—এম, বি., কর্ত্তৃক

প্রকাশিত।

কলিকাতা,
১২৪/২/১ নং মাণিকতলা ষ্ট্রীট, "সংস্কৃত প্রেসে"
শ্রীতারাপ্রসন্ন দাশ গুপ্ত দ্বারা মুদ্রিত।

ভূমিকা

চিকিৎকেরা রাশি রাশি ঔষধ খাওয়াইয়া যে সকল উপসর্গের প্রতীকার করিতে পরেন না, সে কালের বৃদ্ধা স্ত্রীলোকেরা অনেক সময়ে সামান্য মুষ্টিযোগ বা তাহাদের প্রতীকার করিতে পারিতেন,—সেই সকল মুষ্টিযোগেপ্রচলন উঠিয়া যাওয়ায় দরিদ্র ভারতবাসীর অনেক ব্যয়-বাহুল্য ঘটিয়াছে সামান্য সামান্য রোগের জন্য মুষ্টিযোগ-চিকিৎসা যাহাতে পুনরায় এদেশে প্রিরিত হয়, সেই উদ্দেশ্যে এই ক্ষুদ্র পুস্তক খানি লিখিত হইল।

কিঃ পরিমাণে রোগ-পরিচয় মুষ্টিযোগ-চিকিৎসাতেও আবশ্যক, এজন্য প্রত্যেক রোগের প্রসঙ্গে তাহার সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি ও সাধারণ ব্যবস্থা লিত হইয়াছে। মুষ্টিযোগ প্রয়োগের সময়ে লিখিত উপদেশাদি সকলের স্মরণ রাখা কর্ত্তব্য।

যে কল মুষ্টিযোগ আয়ুর্ব্বেদ-শাস্ত্র-সম্মত অথচ ডাক্তারী-শাস্ত্রের অনুমোদি বহু গবেষণার ফলে সেইগুলি মাত্র সঙ্কলন করিয়া এবং পুরুষ-পরম্পরাগত ও বহুপরীক্ষিত কয়েকটী নূতন মুষ্টিযোগ সংযোজিত করিয়া এই পুস্তখানি লিখিত হইয়াছে। সাধারণের সুবিধার্থ গ্রন্থের আরম্ভে রোগি-চা ও রোগ-প্রতিষেধ সম্বন্ধে কতকগুলি প্রয়োজনীয় উপদেশ ও পথ্য-প্রস্তুত-বিধি এবং গ্রন্থের শেষে কয়েকটী আকস্মিক দৈব-দুর্ঘটনার সহজ প্রতীকা বর্ণিত হইল। এক্ষণে রোগ-দারিদ্র্য-পীড়িত গৃহস্থের ইহাতে কিঞ্চিন্মা উপকার হইলে আমাদের শ্রম সার্থক হইবে। ইতি

কলিকাতা }
শ্রাবণ ১৩১৫। }

শ্রীগণনাথ সেন।

দ্বিতীয় সংস্করণের ভূমিকা :

সংক্ষিপ্ত গার্হস্থ্যচিকিৎসার প্রথম সংস্করণে দশ হাজার পুস্ত মুদ্রিত হইয়াছিল, এক্ষণে প্রায় সমস্ত পুস্তক নিঃশেষ হওয়ায় দ্বিতীয় সংস্ক মুদ্রিত হইল।

দ্বিতীয় সংস্করণে অনেক পরিবর্ত্তন ও পরিবর্দ্ধন করা হইয়াছে এবং উৎকৃষ্ট কাগজ ও বড় অক্ষরে ছাপার ব্যবস্থা করা হইয়াছে। আ করি, ইহা গৃহস্থগণের অধিকতর উপযোগী হইবে।

কাগজের অত্যধিক মূল্য বৃদ্ধি ও গ্রন্থের কলেবর বৃদ্ধি হওয়ায় বি মূল্য বৃদ্ধি করা আবশ্যক হইল। ইতি

কলিকাতা,
১লা অগ্রহায়ণ, ১৩২৭

শ্রীগণনাথ সেন

সূচীপত্র।

বিষয়—			পৃষ্ঠা
উপক্রমণিকা	...	...	১—২
রোগিচর্য্যা	...	...	২—৩
রোগ প্রতিষেধ—সাধারণ উপদেশ—পানীয় জল— ম্যালেরিয়ার প্রতিষেধ—ওলাউঠার প্রতিষেধ— অন্যান্য সংক্রামক পীড়ার প্রতিষেধ		...	৪—১০
চিকিৎসা সম্বন্ধে সাধারণ উপদেশ		...	১০—১২
পথ্য প্রস্তুত করিবার বিধি— সাগু—বার্লি—শঠী—এরারুট—অন্নমণ্ড—থৈমণ্ড— মাণমণ্ড—সুজীর রুটী—মাংস যূষ—দালের যূষ— ছানার জল—তর্পণ	...	...	১২—১৬
পথ্য সম্বন্ধে সাধারণ উপদেশ		...	১৭—১৮
জ্বর চিকিৎসা—সাধারণ নবজ্বর—সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি—কোষ্ঠ- বদ্ধতা—পিপাসা—দাহ—শিরঃপীড়া—কম্প— বমি—সর্দ্দি—গাত্রবেদনা—প্রভৃতি—		...	১৮—২৮
সর্ব্বপ্রকার সাধারণ জ্বরের পাচন— বাতিক জ্বর—পিত্তজ্বর—কফজ্বর—বাতপৈত্তিক জ্বর —বাতশ্লৈষ্মিক জ্বর—পিত্তশ্লৈষ্মিক জ্বর		...	২৮—৩২
কঠিন সান্নিপাতিক বা সংক্রামকজ্বর—			

আন্ত্রিকজ্বর—ইনফ্লুয়েঞ্জাজ্বর—শ্বসনকজ্বর—দণ্ডক বা ডেঙ্গু জ্বর—কর্ণমুলিক জ্বর—মসুরিকা জ্বর—হাম জ্বর ... ... ৩২—৩৯

পুরাতন বা বিষম জ্বর—ম্যালেরিয়া—
সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ ব্যবস্থা—মুষ্টিযোগের ঔষধাদি—যকৃতে বেদনা—প্লীহার দোষ ... ৪০—৪৭

ম্যালেরিয়া-ভিন্ন অপর পুরাতন জ্বর— ... ৪৭—৫০

অতীসার বা উদরাময় (Diarrhœa)
সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি—'সাম' অবস্থায় পাচক ঔষধ—'নিরাম' অবস্থায় ধারক ঔষধ ... ৫০—৫৪

প্রবাহিকা ও রক্তপ্রবাহিকা
("রক্তামাশয়"—Dysentery)
সাধারণ ব্যবস্থা—চিকিৎসা ... ... ৫৪—৫৭

অজীর্ণ, অগ্নিমান্দ্য—(Dyspepsia)
সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি ... ৫৮—৬১

কলেরা বা ওলাউঠা—
সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ উপদেশ—ঔষধাদি—বমি—পেটের যন্ত্রণা—হাতে পায়ে খালধরা—হিক্কা—প্রস্রাব বন্ধ—বিশেষ দ্রষ্টব্য ... ৬১—৬৬

অম্লপিত্ত ও অম্লশূল—(অম্বলের পীড়া)
সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি ... ... ৬৬—৬৮

পুরাতন উদরাময় বা গ্রহণী—
সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ ব্যবস্থা ঔষধাদি ... ৬৯—৭০

অর্শঃরোগ—(Piles)

সাধারণ ব্যবস্থা—চিকিৎসা ... ... ৭০—৭৩

কোষ্ঠ বদ্ধতা—(Constipation) ... ৭৩—৭৪

ক্রিমি রোগ— ... ... ৭৪—৭৬

সর্দ্দি-কাসি, স্বর-ভঙ্গ (Cough, Bronchitis &c.) ৭৬—৭৯

শ্বাস বা হাঁপানি (Asthma) ... ৭৯—৮১

বায়ু-রোগ—হিষ্টিরিয়া বা মূর্চ্ছা—

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাবলী—সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি—

মূর্চ্ছা ভাঙ্গাইবার জন্য—রোগ আরোগ্যের জন্য ... ৮১—৮৪

আমবাত বা বাত-বেদনা (Rheumatism)

সাধারণ ব্যবস্থা—খাইবার ঔষধ—লাগাইবার

ঔষধ ... ... ৮৪—৮৬

মুখ-রোগ ও দন্ত-রোগ—

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি—

মুখের ও জিহ্বার ক্ষতের জন্য—দন্ত-রোগের জন্য ... ৮৬—৮৯

কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগ—

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—সাধারণ ব্যবস্থা—

বিশেষ দ্রষ্টব্য ... ... ৯০—৯৬

কর্ণ-রোগ— ... ... ৯১—৯৩

চক্ষুঃ-রোগ—

সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি—চক্ষুঃ উঠিলে—

চক্ষুঃর পাতার মূলে চুলকানি হইলে—রাতকাণা

রোগে—চক্ষুতে আঘাত লাগিলে—বিশেষ দ্রষ্টব্য ৯৩—৯৭

শিরোরোগ— ... ... ৯৭—৯৯

চর্ম্মরোগ—

দদ্রু—পামা—মুখের ব্রণ— ছুলি—বিচর্চ্চিকা বা কাউর (Eczema) অলসক বা পাকুই—সাধারণ চুলকণা ... ... ৯৯—১০৩

মূত্র-রোগ—

সাধারণ উপদেশ—ঔষধাদি—শুক্রমেহ ও স্বপ্নদোষ রোগে—খড়ি গোলার ন্যায় প্রস্রাবে—বহুমূত্র—পথ্য—অপথ্য—গণোরিয়া বা বিষ-মেহ—মূত্র রোধ বা মূত্র কৃচ্ছ্র ... ... ১০৩—১১০

বমি ও হিক্কা চিকিৎসা ... ... ১১০—১১২

স্ত্রীরোগ—

সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি – বাধক—শ্বেত-প্রদর ও রক্ত-প্রদর ... ... ১১৩—১১৫

গর্ভিণী-চিকিৎসা—

সাধারণ উপদেশ—রক্তস্রাব—ও গর্ভপাত নিবারণের ঔষধাদি—সাধারণ দুইটী মুষ্টিযোগ— গর্ভাবস্থার সাধারণ জ্বর –গর্ভিণীর উদরাময়ে—পায়ে শোথ ও প্রস্রাবের অম্লতা—বিশেষ দ্রষ্টব্য ১১৫—১২০

শিশু-চিকিৎসা—

সাধারণ উপদেশ—স্তন দুগ্ধের নিতান্ত অভাব ঘটিলে পথ্যাদি—শিশুর উদরাময়, বমি, অস্থি-শোষ (Rickets) যকৃৎ রোগ (Infantile Lever) প্রভৃতি—

শিশু চিকিৎসা সম্বন্ধে সাধারণ ব্যবস্থা—ঔষধাদি
—বিশেষ দ্রষ্টব্য .. ... ১২০—১২৬
দৈব-দুর্ঘটনা—
অগ্নি-দাহ—রক্তপাত—বিষ-ভক্ষণ—সর্প দংশন—
কুকুর দংশন—কীটাদি দংশন—নাসিকা, চক্ষুঃ বা
কর্ণে কীটাদি প্রবেশ—অস্থি-ভঙ্গ—অস্থি-বিচ্যুতি—প্রবল
উপঘাত ((Shock) ও মূর্চ্ছা (Syncope)
জলে ডোবা ... ... ১২৬—১৩৮

সংক্ষিপ্ত গার্হস্থ্য চিকিৎসা

বা

আয়ুর্ব্বেদীয় মুষ্টিযোগ-সংগ্রহ।

—০০—

উপক্রমণিকা।

কোন কোন রোগ এইরূপ আছে যে, সামান্য রোগ-বিজ্ঞান এবং কয়েকটী মুষ্টিযোগ জানা থাকিলে ডাক্তার-কবিরাজের সাহায্য না লইয়াও সহজে তাহাদের প্রতীকার করা যাইতে পারে। এই গ্রন্থে বর্ণনীয় চিকিৎসাপ্রণালীও সেই জাতীয় রোগের জন্য লিখিত। ইহাতে লিখিত মুষ্টিযোগ গুলি প্রধানতঃ আয়ুর্ব্বেদীয় কিন্তু বিশেষ ফলপ্রদ বলিয়া কয়েকটী ডাক্তারী-শাস্ত্র হইতেও সংগৃহীত হইয়াছে। বলা বাহুল্য, সমস্ত মুষ্টিযোগই সুপরীক্ষিত ও গৃহস্থমাত্রের সবিশেষ উপযোগী। যথাযথভাবে প্রয়োগ করা হইলে লিখিত ঔষধাদির দ্বারা বিনাব্যয়ে বা স্বল্পব্যয়ে অনেক সময়ে অনেক রোগের সম্পূর্ণ-প্রতীকার বা উপশম হইবার সম্ভাবনা।

এস্থলে ইহাও বলা আবশ্যক যে, কেবল মুষ্টিযোগ দ্বারা সর্ব্বপ্রকার রোগ আরোগ্য করিবার কল্পনা কখনই প্রশংসনীয় নহে, রোগের অবস্থা ও লক্ষণাদি কিছু গুরুতর বোধ হইলে তৎক্ষণাৎ সুচিকিৎসকের সাহায্য লওয়া কর্ত্তব্য।

রোগীর যথাযথ সেবা চিকিৎসার একটী প্রধান অঙ্গ। নিম্নে রোগিচর্য্যা বিষয়ে কয়েকটী প্রয়োজনীয় উপদেশ লিখিত হইল। এই সকল উপদেশ সর্ব্বদা স্মরণ রাখিলে বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

রোগিচর্য্যা।

১। আবশ্যক স্থলে রোগী যাহাতে এই গ্রন্থের "পথ্যাপথ্য ব্যবস্থা" মত বলকর সুপথ্য নিয়মিত ভাবে যথেষ্ট পরিমাণে সেবন করে, সে বিষয়ে বিশেষ লক্ষ্য রাখিবে। কিন্তু ভালবাসার মোহে কদাচ কুপথ্য সেবন করিতে দিবে না কিংবা প্রয়োজনের অতিরিক্ত খাইতে দিবে না।

২। রোগীর গৃহে বিশুদ্ধ বায়ুর যথেষ্ট পরিমাণে চলাচল হওয়া আবশ্যক। শ্বাস, কাস, নিউমোনিয়া, যক্ষ্মা প্রভৃতি রোগে বিশুদ্ধ বায়ু সেবনই অর্দ্ধেক চিকিৎসা; কিন্তু রোগীর গাত্রে যাহাতে প্রবল বায়ু না লাগে সে বিষয়েও সাবধান হইবে। অনেকে বায়ুকে এত ভয় করেন যে, সুস্থ শরীরেও দরজা-জানালা বন্ধ রাখিয়া—এমন কি বায়ু প্রবেশের পথে তুলা গুঁজিয়া—নিদ্রা যান। এই অভ্যাস নিতান্ত অনিষ্টকর। ঝড় বৃষ্টির বায়ু অবশ্য ভাল নহে, কিন্তু স্বাভাবিক বায়ু-সঞ্চারের পথ সকল ঋতুতে সকল সময়েই খুলিয়া রাখা উচিত। তবে নিদ্রাকালে প্রয়োজন মত গাত্রবস্ত্র বা জামা রাখা আবশ্যক। রোগীর গৃহে আত্মীয়-স্বজনের জনতা, কেরোসিনের আলোক বা আগুন রাখা

এবং অধিক পরিমাণে তামাকু সেবন বর্জ্জনীয়, কারণ এই সকল কারণে বায়ু দূষিত হয়।

৩। রোগীর শয্যা ও বস্ত্রাদি সর্ব্বদা পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও শুষ্ক রাখিবে। বিছানার চাদর জামা ও কাপড় প্রত্যহ বদলান বা সাবানজলে সিদ্ধ করিয়া কাচিয়া লওয়া আবশ্যক। গ্রীষ্মকালে অধিক মোটা জামা বা চাদর ব্যবহার হানিকর, কিন্তু শীতকালে প্রচুর শীতবস্ত্র সর্ব্বদা রাখা উচিত।

৪। রোগীর নাক, মুখ (জিভ ও দাঁত) এবং চক্ষু প্রত্যহ দুইবার ঠাণ্ডা বা গরম জলে পরিষ্কার করা আবশ্যক। দাঁতের জন্য কোন উত্তম মাজন দাঁতন বা ব্রুশ দ্বারা ব্যবহার করিবে।

৫। রোগীর প্রতি সর্ব্বদা সদয় ব্যবহার করিবে। রোগী কুপথ্য সেবন করিতে চাহিলে তাহাকে মিষ্ট বাক্যে নিরস্ত করিবে, কটুবাক্য প্রয়োগ করিবে না।

৬। পীড়া সম্বন্ধে রোগীর সম্মুখে অধিক আলোচনা করিবে না বা পীড়া কঠিন এমন কথা কখন বলিবে না।

৭। চিকিৎসকের উপদেশ ভিন্ন রোগীকে শারীরিক ও মানসিক কোন প্রকার পরিশ্রম করিতে দিবে না। দুর্ব্বল রোগীকে শৌচাদির জন্য দূরে যাইতে (অধিক দুর্ব্বল হইলে বিছানার বাহিরেও উঠিতে) দিবে না।

রোগ-প্রতিষেধ।

সাধারণ উপদেশ—রোগ যাহাতে উৎপন্ন না হয় তাহার উপায় করার নাম প্রতিষেধ। ম্যালেরিয়া, কলেরা প্রভৃতি অনেক রোগেরই যে প্রতিষেধ করা সম্ভব, সেকথা অনেকে স্মরণ রাখেন না; কেবল অদৃষ্টের দোষ দিয়া অজ্ঞান ও আলস্যের প্রশ্রয় দিয়া থাকেন। এইজন্য প্রতিষেধ সম্বন্ধে নিম্নলিখিত উপদেশগুলি লিখিত হইল।

১। বাটীর চতুর্দ্দিকে যাহাতে কোনরূপ জল জমিতে না পারে, সে বিষয়ে বিশেষ লক্ষ্য রাখিবে। বাটীর সমীপবর্ত্তী স্থানে জল জমিলে বা অপরিষ্কার পুষ্করিণী থাকিলে তাহাতে প্রচুর জলের পোকা জন্মে। এই জলের পোকা যে মশকের ডিম হইতে উৎপন্ন ও কালে মশকরূপ ধারণ করে, তাহা বোধ হয় অনেকেই জানেন না। অধিক মশা হইলে নিদ্রার ব্যাঘাত তো ঘটেই, তদ্ভিন্ন নানা রোগোৎপত্তিরও বিশেষ সম্ভাবনা। বর্ত্তমান ডাক্তারী-বিজ্ঞানের পরীক্ষায় সম্পূর্ণরূপে প্রমাণ হইয়াছে যে এক জাতীয় মশা (Anopheles) হইতেই ম্যালেরিয়া জ্বরের বিস্তার হয়। আবদ্ধ অর্থাৎ স্রোতোহীন অপরিষ্কার জলের উপর সবুজ পাতা লতা জন্মিলে বা পচিলে সেই জলে এই জাতীয় মশার উৎপত্তি হয়। আর এক জাতীয় মশা (Culex) হইতে শ্লীপদ (গোদ, কোরগু) প্রভৃতি রোগের জীবাণু প্রসারিত হয়। বাটীর চারি পার্শ্বে অধিক জঙ্গল হওয়াও স্বাস্থ্যের পক্ষে বিশেষ হানিকর।

২। অপরিষ্কার জল, আবর্জ্জনা ও নর্দ্দামার গন্ধে বায়ু দূষিত হইলেও নানাপ্রকার রোগ হয়। নানাবিধ সান্নিপাতিক জ্বর বা জ্বরাতিসার, নাসা ও কণ্ঠরোগ, কাস, শ্বাস প্রভৃতি কয়েকটী দারুণ রোগ এবং অন্যান্য অনেক ব্যাধি দুর্গন্ধ বাষ্প হইতে উৎপন্ন হয়। এজন্য বাটীর সমীপস্থ নর্দ্দামা, ডোবা প্রভৃতি সর্ব্বদা পরিষ্কার করাইবে।

৩। পুষ্করিণীতে মলমূত্র ত্যাগ বা জল-শৌচাদি করা, কাপড় কাচা, স্নান করা, থুথু ফেলা প্রভৃতি কুৎসিত অভ্যাস উদরাময় প্রভৃতি অসংখ্য রোগের কারণ। পানীয় জলের সন্নিকটস্থ কূপের সমীপেও মলমূত্রাদি ত্যাগ বা আবর্জ্জনা ফেলা বিশেষ বিপজ্জনক, কারণ ঐ সকল বস্তু দ্বারা দূষিত জল উপর হইতে বা মাটীর ভিতর দিয়া চোঁয়াইয়া গিয়া পানীয় জল কলুষিত করিয়া থাকে। পানীয় জল জ্ঞাতসারে বা অজ্ঞাতসারে কলুষিত করা মহাপাপ। হিন্দু শাস্ত্রকারেরা ও বর্ত্তমান ডাক্তারেরা—সকলেই ইহা ভূয়োভূয়ঃ নিষেধ করিয়াছেন। দুর্ভাগ্যবশতঃ বঙ্গদেশে এই কদর্য্য অভ্যাস সুপ্রচলিত। তাহার ফলে নিদারুণ রক্তামাশয় ও কলেরা বা ওলাউঠার প্রকোপে সহস্র সহস্র লোক প্রতি বৎসর মৃত্যুমুখে পতিত হইতেছে। যে জলে বা যে জলের চতুর্দ্দিকে শত-হস্তের মধ্যে শৌচাদি করা হয়, তাহা পানীয়রূপে কদাচ ব্যবহার্য্য নহে। অতএব পানীয় জলের কূপ বা পুষ্করিণীর চতুর্দ্দিকের ভূমি অনেক দূর পর্য্যন্ত সাবধানে রক্ষা করা কর্ত্তব্য, যেন উহা কোনরূপে দূষিত হইতে না পারে। এই কারণেই অপরিষ্কার

পুষ্করিণীর সমীপস্থ অপর পুষ্করিণীর জল স্বচ্ছ হইলেও শোধন না করিয়া পানীয়রূপে ব্যবহার্য্য নহে।

পানীয় জল শোধন—বিশুদ্ধ পানীয় জলের অভাব হইলে, জল অগ্নিতে উত্তমরূপে ফুটাইয়া নির্ম্মলীফল কিম্বা অল্প ফট্‌কিরি (/১ সের জলে ২ রতি হিসাবে) দিয়া রাখিয়া দিবে। স্বচ্ছ হইলে ধীরে ধীরে উপরের জল লইয়া পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। ফিল্টার করিয়া লইলে জল অনেক পরিমাণে বিশুদ্ধ হইতে পারে। প্রথমে ফিল্টার করিয়া পরে ফুটাইয়া লইলে জল সম্পূর্ণ বিশুদ্ধ হয়। বিশেষ দোষ না থাকিলে ফিল্টার করাই যথেষ্ট। ফিল্টার করিবার বিধি এইরূপ—

চারিটী মাটীর কলসী উপর্য্যুপরি রাখিবে। উপরের তিনটী কলসীর তলায় এক একটী ক্ষুদ্র ছিদ্র থাকিবে। উপরের কলসীটী জলে পূর্ণ করিবে। দ্বিতীয় কলসীর অর্দ্ধেক কাঠের কয়লায় ও তৃতীয় কলসীর অর্দ্ধেকের কিছু অধিক বালিতে পূর্ণ করিবে। নীচের কলসীটী খালি থাকিবে। এইরূপ করিলে জল প্রথম কলসী হইতে দ্বিতীয় এবং দ্বিতীয় হইতে তৃতীয় কলসীতে অল্পে অল্পে পড়িবে এবং কয়লা ও বালি দ্বারা শোধিত হইয়া সর্ব্বশেষে চতুর্থ কলসীতে জমিবে। এই জল বিশুদ্ধ ও স্বাস্থ্যকর। কলসী-গুলি একটী বাঁশের বা কাষ্ঠের ত্রিকোণ ফ্রেমের ভিতর পৃথক্ পৃথক্ উপর্য্যুপরি বসাইতে পারিলে ভাল হয়।

পূর্ব্বোক্ত উপায় করিতে না পারিলে, অবিশুদ্ধ জল সিদ্ধ করিয়া নির্ম্মল বস্ত্রে ছাঁকিয়া লইবে। বর্ষা ভিন্ন অপর সময়ে

প্রবাহ-যুক্ত নদীর জল প্রায়ই বিশুদ্ধ ও স্বাস্থ্যকর। যে জমিতে অধিক পাথর বা বালি আছে, সেখানকার নদীর বা কূপের জলও বিশেষ স্বাস্থ্যকর, তবে কূপ গভীর হওয়া আবশ্যক।

ম্যালেরিয়ার প্রতিষেধ—বাটীর সমীপস্থ ছোট ছোট জঙ্গল কাটিয়া ফেলিবে এবং অপরিষ্কার জল জমিয়া থাকিলে তাহা নিকাশ করিয়া ঐসকল স্থানে মাটী ভরাট করিয়া সমতল বা উচ্চ করিয়া দিবে। যদি পচা পুকুর বা অপরিষ্কার ডোবা নিকটে থাকে এবং উহা পরিষ্কার করান সম্ভব না হয়, তাহা হইলে সপ্তাহে এক দিন এক বোতল বা দুই বোতল করিয়া কেরোসিন তৈল জলের উপর ঢালিয়া দিবে, ইহাতে ম্যালেরিয়াবাহক মশক-বংশ অনেক পরিমাণে নষ্ট হয়। এতদ্ভিন্ন প্রত্যহ প্রচুর পরিমাণে খাঁটি সরিষার তৈল গাত্রে মাখা এবং খাট বা তক্তার উপর মশারি খাটাইয়া শয়ন করা একান্ত আবশ্যক,কারণ পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে যে, ম্যালেরিয়া-বিষ সাধারণতঃ একজাতীয় মশার দংশনে রুগ্ন শরীর হইতে সুস্থ শরীরে সংক্রামিত হয়।

ম্যালেরিয়া এক্ষণে বঙ্গদেশের—বিশেষতঃ পশ্চিমবঙ্গের—সকল গ্রামেই বর্ত্তমান। সহরবাসী লোকের পল্লীগ্রামে রাত্রিবাস করা আবশ্যক হইলে মশারির মধ্যে শয়ন এবং প্রতিষেধক ঔষধ (যথা কুইনাইন প্রভৃতি) খাওয়া একান্ত আবশ্যক।

কলেরা বা ওলাউঠার প্রতিষেধ—অপরিষ্কার জল সিদ্ধ না করিয়া এবং ফিল্টার দ্বারা বা অন্য কোন প্রকারে শোধন না করিয়া পান করিবে না। কলিকাতা সহরেও যখন ঘোলা

কলের-জল হইতে সময়ে সময়ে ভয়ানক ওলাউঠার প্রকোপ হয়,—তখন পল্লীগ্রামে যে হইবে তাহাতে আশ্চর্য্য কি? পল্লীগ্রামে সাধারণতঃ ওলাউঠা রোগীর মল-মূত্র-যুক্ত বস্ত্রাদি পুষ্করিণীতে এবং কূপ কিম্বা পুষ্করিণীর তীরে কাচা হয়। সেই কূপ বা পুষ্করিণীর জল পান করিয়া লোকে যে দারুণ ওলাউঠায় আক্রান্ত হইয়া থাকে—ইহা লোকে বুঝিয়াও বুঝে না।

ওলাউঠা রোগীর সেবা করিতে হইলে রোগীর মল বা বমি যাহাতে হাতে পায়ে বা নিজের পরিধেয় বস্ত্রে না লাগে এবং ভ্রম-ক্রমে পানীয় জলাদির সহিত উদরস্থ না হয়, সে বিষয়ে একান্ত সাবধান হওয়া আবশ্যক। এজন্য আহার বা জলপান করিবার সময় বস্ত্র পরিবর্ত্তন এবং সাবান দ্বারা হাত-পা ধোয়া কর্ত্তব্য। রোগীর মলদূষিত বস্ত্রাদি দগ্ধ করাই প্রশস্ত। যদি নিতান্ত রাখিতে হয়, তবে কাচিবার পূর্ব্বে বস্ত্রাদি তুঁতের জলে (তুঁতে এক তোলা ও জল দুই সের) এক ঘণ্টাকাল মাটীর পাত্রে ভিজাইয়া রাখিবে এবং পরে ফুটন্ত জল ও সাবান দ্বারা উত্তমরূপে কাচিয়া রৌদ্রে শুকাইয়া লইবে। পুষ্করিণীতে বা তৎসমীপে কদাচ কাচিবে না, তাহাতে সকলেরই ভয়ানক বিপদ্। রোগীর মল ও বমি,—সমানভাগ তুঁতের জল মিশাইয়া মাটীতে গভীর গর্ত্ত করিয়া পুঁতিয়া ফেলিবে, কিন্তু পুষ্করিণীর তীরে একশত হস্তের মধ্যে পুঁতিবে না।

রোগীর মলের উপর যাহাতে মাছি বসিতে না পারে—সে বিষয়েও বিশেষ সতর্ক হইবে। মাছিরা পায়ে করিয়া ওলাউঠার

বিষ লইয়া খাদ্যের উপর বসিলে সেই খাদ্য দূষিত হয়। উহা খাইলে ওলাউঠা হইতে পারে। এই কারণেই খাদ্য দ্রব্য অনাবৃত রাখিতে নাই।

অন্যান্য সংক্রামক পীড়ার প্রতিষেধ—অপর সংক্রামক পীড়াসমূহের মধ্যে বসন্ত, হাম, টাইফয়েড্, নিউমোনিয়া প্রভৃতির জন্যও প্রতিষেধক উপায় করা একান্ত আবশ্যক। বসন্তের প্রকোপ হইলে গো-বসন্তের টীকা লওয়া অবশ্য কর্ত্তব্য। টীকা ৩।৪ বৎসর অন্তর যতবার ইচ্ছা লওয়া যায়, তাহাতে কোন হানি নাই। শিশুর টীকা প্রথম বৎসরের মধ্যেই দেওয়া উচিত। বাড়ীতে বসন্ত বা হাম হইলে রোগীকে পৃথক্ ঘরে রাখিবে এবং বস্ত্রাদি তুঁতের জলে প্রত্যহ শোধন করিবে। গাত্রের ছাল উঠিতে আরম্ভ হইলে নিমপাতা ও হরিদ্রা চূর্ণ গাত্রে সর্ব্বদা প্রচুর পরিমাণে ছড়াইবে এবং গাত্রের ছালগুলি সাবধানে তুঁতের জলে দুই ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া ফেলিয়া দিবে। এইরূপ সাবধানতার অভাবে বসন্তের বীজ ঐসকল ছাল হইতে বিস্তারিত হয়। রোগীকে স্পর্শকরা সম্বন্ধে সকলে সকল সময়ে বিশেষ সাবধান হইবে, কারণ বসন্ত, হাম প্রভৃতি রোগ প্রধানতঃ স্পর্শ দ্বারাই সংক্রমিত হয়।

ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা, নিউমোনিয়া, যক্ষ্মা প্রভৃতি রোগীর কফ পিকদানীতে বা কোন পাত্রে ধরিবে। ঐরূপ রোগীর যেখানে-সেখানে —বিশেষতঃ দেওয়ালে বা কাপড়ে থুথু ফেলা বিশেষ বিপজ্জনক। পিকদানীটীতে কিছু তুঁতের জল বা ফিনাইলের জল রাখা এবং দিনান্তে একবার উহা তুঁতের জলে ধুইয়া ফেলা বিশেষ আবশ্যক।

গণোরিয়া এবং সিফিলিস (গর্ম্মি) এই দুইটী পীড়া দূষিত-স্ত্রী-সহবাস-জাত। দুষ্ট সংসর্গ ভিন্ন ইহাদিগের উৎপত্তি কখনই হইতে পারে না। আপাত-মধুর কুৎসিত সঙ্গের ফল পরিণামে কি ভয়াবহ, তাহা সকলের স্মরণ রাখা আবশ্যক। এই সকল রোগীর বস্ত্রাদি ব্যবহারও নিষিদ্ধ।

নাপিতের ক্ষুরে ক্ষৌরী হওয়াও বিপদজনক। নাপিতেরা যাহাকে তাহাকে কামাইয়া থাকে, তাহাদের ক্ষুর হইতে নানাবিধ চর্ম্মরোগ, এমন কি সিফিলিস্ পর্য্যন্ত—হইতে পারে। এজন্য ক্ষুর খানি নিজের রাখা উচিত।

সনাতন হিন্দু ধর্ম্মের শৌচাচার রক্ষা করিয়া চলিতে পারিলে সংক্রামক পীড়ার আক্রমণ-সম্ভাবনা অতীব অল্প। এজন্য অন্ততঃ স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য শুচি ও আচারবান্ হইবে।

চিকিৎসা সম্বন্ধে সাধারণ উপদেশ।

নিম্নলিখিত অতি প্রয়োজনীয় উপদেশগুলি গৃহস্থমাত্রেরই সর্ব্বদা স্মরণ রাখা কর্ত্তব্য।

১। রোগ সম্বন্ধে কিছু না বুঝিয়া ঔষধ প্রয়োগ কখনই করিবে না। কিয়ৎ পরিমাণে রোগ-পরিচয় গার্হস্থ্য-চিকিৎসাতেও আবশ্যক—এজন্য প্রত্যেক রোগের প্রসঙ্গে তাহার সাধারণ লক্ষণাদি ও ব্যবস্থা সংক্ষিপ্ত ভাবে বর্ণিত হইল। মুষ্টিযোগ-প্রয়োগের সময় উহা সাবধানে পাঠ করিবে।

২। রোগীর বয়ঃক্রম, প্রকৃতি ও বল বিবেচনা করিয়া ঔষধের মাত্রা নির্দ্ধারণ করিবে। বালক ও বৃদ্ধের পক্ষে মাত্রা অর্দ্ধেক। ছোট শিশুর পক্ষে মাত্রা সিকি বা অষ্টমাংশ।

৩। কোন মুষ্টিযোগ ব্যবহার করিয়া তাহার ফলের জন্য যথোচিত সময় প্রতীক্ষা করিবে। এক সঙ্গে একের অধিক মুষ্টিযোগ প্রয়োগ করিবে না।

৪। মুষ্টিযোগ-চিকিৎসায় ফল না হইলে বা পীড়া কঠিন বোধ হইলে উপযুক্ত চিকিৎসকের সাহায্য লইবে। কিন্তু স্মরণ রাখা আবশ্যক যে, হাতুড়ে বা অশিক্ষিত ডাক্তার-কবিরাজের চিকিৎসা অপেক্ষা এই পুস্তকের বা স্বভাবের উপর নির্ভর করা শতগুণে প্রশস্ত। যাহার-তাহার আবিষ্কৃত পেটেণ্ট ঔষধ সম্বন্ধেও এই উপদেশ।

৫। রোগের নিদান (অর্থাৎ যে কারণে রোগ হয়, উহা) পরিত্যাগ করাকেই প্রথম চিকিৎসা বলা যায়। বিশেষতঃ অজীর্ণ, অম্লপিত্ত, প্রভৃতি যাপ্য রোগে ইহা সর্ব্বদা স্মরণ রাখিবে। নিদান পরিত্যাগ করিতে না পারিলে সহস্র ঔষধেও রোগ প্রতীকার হয় না।

৬। বাটীতে কোন আকস্মিক দৈব দুর্ঘটনা ঘটিলে ধৈর্য্য হারাইবে না। এই পুস্তকের শেষ অধ্যায়ে দৈব দুর্ঘটনার জন্য সুপরীক্ষিত ও প্রত্যক্ষ ফলপ্রদ কয়েকটী উৎকৃষ্ট মুষ্টিযোগ এবং উপদেশ আয়ুর্ব্বেদ ও ডাক্তারী—উভয় শাস্ত্র হইতে সঙ্কলিত হইয়াছে। মন স্থির রাখিয়া সেগুলি প্রয়োগ করিতে পারিলে

যথেষ্ট উপকারের সম্ভাবনা। উপযুক্ত চিকিৎসক না পাওয়া পর্য্যন্ত লিখিত মুষ্টিযোগের উপর সম্পূর্ণ নির্ভর করিতে পারা যায়।

পথ্য প্রস্তুত করিবার বিধি

সাগু।—উত্তম সাগু অর্দ্ধ তোলা হইতে এক তোলা—তিন পোয়া জলে দশ মিনিটকাল ভিজাইয়া মৃদু অগ্নি সন্তাপে ফুটাইবে এবং নাড়িতে থাকিবে। সাগু বেশ গলিয়া জলের সঙ্গে প্রায় মিশিয়া গেলে ইচ্ছামত তরল বা ঈষৎ ঘন করিয়া নামাইবে, কিন্তু অধিক ঘন কখনই করিবে না। দুগ্ধ মিশাইবার প্রয়োজন হইলে সাগু ঈষৎ ঘন করিয়া নামাইবার পূর্ব্বে দুগ্ধ মিশাইবে। নীচে নামাইয়া চিনি দিবে, চিনির সহিত পাক করিবে না। বড় এলাইচ চূর্ণ বা দারুচিনি চূর্ণ ঈষৎ ছড়াইয়া দিলে সাগু রুচিকর হয়। জলসাগুতে লেবুর রস মিশাইয়া দেওয়া প্রশস্ত। দুধ সাগুতে লেবুর রস মিশাইতে নাই। বলা বাহুল্য, ধাতুপাত্রে লেবুর রস মিশান নিষেধ। বাজারে সাগু বলিয়া যাহা বিক্রীত হয়, তাহা অনেক সময়েই কৃত্রিম দেখা যায়। সেজন্য উত্তম বিলাতী সাগু ব্যবহার্য্য।

বার্লি।—বার্লিতে নানাপ্রকার ভেজাল থাকে, এজন্য ইহা নূতন ও উৎকৃষ্ট হওয়া আবশ্যক। প্রথমে অর্দ্ধ তোলা হইতে এক

তোলা বার্লি একছটাক শীতল জলে মিশাইয়া চন্দনের মত করিবে, পরে তিন পোয়া জল অগ্নিতে চড়াইয়া বেশ ফুটিতে থাকিলে তাহাতে ঐ বার্লি গোলা ঢালিয়া দিবে এবং অবিরত নাড়িতে থাকিবে। ক্রমে ঈষৎ রক্তাভ ও স্বচ্ছ হইলে প্রয়োজন মত তরল বা ঈষৎ ঘন করিয়া নামাইবে। নীচে নামাইয়া চিনি, লেবুর রস প্রভৃতি দিবে। দুধ-বার্লি করিতে হইলে নামাইবার ঈষৎ পূর্ব্বে দুধ মিশাইবে। দুধ পরেও মিশান যায়।

শটি।—শটি নামক একপ্রকার কন্দের পালো 'শটি' বা 'শটিফুড্' নামে ব্যবহৃত হয়। ইহা জলে গুলিয়া বার্লির মত প্রস্তুত করিতে হয়, তবে ইহা অল্প জলে ফুটাইলেও দোষ হয় না। দুধের সহিত শটি প্রস্তুত করিতে হইলে এক পোয়া দুধ, এক পোয়া জল এবং অর্দ্ধ তোলা শটি গুলিয়া ফুটাইয়া দেড় পোয়া কিম্বা আন্দাজ এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া চিনি বা মিছরি মিশাইবে। রোগীর পরিপাক শক্তি ভাল থাকিলে এক পোয়া দুগ্ধের সহিত এক তোলা শটি অল্প জলে গুলিয়া মিশাইয়া ১০।১৫ মিনিট ফুটাইয়া লইলে পায়সের ন্যায় সুস্বাদু পথ্য হয়। প্রয়োজন মত চিনি বা মিছরি মিশাইবে। অধিক ঘন করিলে ইহা বরফির ন্যায় জমানও যাইতে পারে।

এরারুট।—ইহাও এক প্রকার কন্দের পালো। ইহা প্রস্তুত করিতে হইলে প্রথমে উত্তম এরারুট এক তোলা—একছটাক শীতল জলে গুলিয়া লইবে, পরে দেড় পোয়া ফুটন্ত জল অল্পে অল্পে তাহাতে ঢালিবে—অগ্নির উপর চড়াইবার প্রয়োজন নাই। তবে

জল ফুটন্ত হওয়া আবশ্যক। কাঁচা আছে সন্দেহ হইলে আরও কিছু গরম জল মিশাইয়া অগ্নির উপর অল্পক্ষণ ফুট,ন যায়। বর্ণ কাচের ন্যায় স্বচ্ছ হইলে এরারুট ঠিক হইয়াছে বুঝিবে। যদি ঘন করা আবশ্যক হয়, এইরূপ প্রস্তুত এরারুট মৃদু জ্বালে চড়াইয়া ঘন করিবে। চিনি, মিছরি বা দুগ্ধ—খাইবার সময় মিশাইবে।

বিশেষ কথা।—সাগু, বার্লি বা এরারুট প্রস্তুত করিয়া—দুধ না মিশাইয়া ৪।৫ ঘণ্টা পর্য্যন্ত স্বচ্ছ কাপড় দ্বারা ঢাকিয়া রাখিলে নষ্ট হয় না, কিন্তু দুগ্ধ বা চিনি মিশাইয়া রাখিয়া দেওয়া নিষিদ্ধ। পেটের অসুখ বেশী থাকিলে এরারুট বা বার্লি সুপথ্য।

অন্ন-মণ্ড।—দুই তোলা পুরাতন চাউল,—তিনপোয়া বা ততোধিক জলে চড়াইয়া উত্তমরূপে গলিয়া মিশিয়া গেলে নামাইবে। পরে চিনি বা লবণ মিশাইয়া রোগীকে খাইতে দিবে। এই অন্নমণ্ড—সাগু ও বার্লির ন্যায় অতি লঘু-পাক পথ্য। প্রাচীন কালে সাগু বার্লির প্রচলন ছিল না, এই অন্নমণ্ডই জ্বরাদিতে পথ্য দেওয়া হইত।

খৈ ও চিঁড়ার মণ্ড।—টাট্‌কা খৈ ফুটন্ত জলে (বা গরম দুগ্ধে) ফেলিয়া বেশ ভিজিয়া গেলে চট্‌কাইয়া ছাঁকিয়া লইলেই খৈ-মণ্ড প্রস্তুত হয়। খাইবার সময় চিনি বা মিছরি মিশাইয়া লইবে। চিঁড়ার মণ্ডও এইরূপে প্রস্তুত করিতে হয়। কেহ কেহ শীতল জলেও চিড়া ভিজাইয়া মণ্ড প্রস্তুত করিয়া থাকেন। উহা পেট ঠাণ্ডা করে বলিয়া প্রসিদ্ধি আছে।

মান-মণ্ড।—মানকচু চাকা চাকা করিয়া রৌদ্রে শুকাইয়া

চূর্ণ করিয়া রাখিবে। সেই চূর্ণ দেড় তোলা ও আতপ চাউলের চূর্ণ অৰ্দ্ধ তোলা মিশাইয়া /১ এক সের জলে (কিম্বা /৷৷০ সের দুগ্ধ ও /৷৷০ সের জলে) পাক করিয়া বেশ মণ্ডের মত হইলে নামাইয়া লইবে। খাইবার পূর্ব্বে দুধ ও চিনি বা মিছরি মিশাইবে। কোন কোন মতে দুই ভাগ মানের গুঁড়া ও এক ভাগ চাউলের গুঁড়া মিশাইয়া মান-মণ্ড করিতে হয়।

সুজীর রুটী।—প্রয়োজনমত সুজী ময়দার ন্যায় মাখিয়া একটী পিণ্ডের মত করিয়া ফুটন্ত জলে ১৫ মিনিট কাল সিদ্ধ করিবে। পরে ঐ পিণ্ড ঈষৎ উষ্ণ থাকিতেই পুনরায় উত্তম রূপে গরম জলে মাখিয়া পাতলা পাতলা রুটী করিয়া সাধারণ নিয়মে সেঁকিয়া লইবে। রুটীগুলি বেশ ফুলিয়া উঠা আবশ্যক।

মাংসযূষ।—কচি ছাগের, মেষের বা কুক্কুটের টাট্‌কা মাংস এক পোয়া—চর্ব্বিবর্জ্জিত ও অল্প ধৌত করিয়া—অৰ্দ্ধ ঘণ্টাকাল পর্য্যন্ত আধসের শীতল জলে ভিজাইয়া রাখিবে। পরে অল্প হলুদ বাঁটা, ৪।৫টী গোটা ধনে ও দুইটী লবঙ্গ এবং সামান্য একটু চিনিসহ কিয়ৎক্ষণ ঐ শীতল জলে চট্‌কাইয়া মৃদুজ্বালে আবৃত পাত্রে ফুটাইবে। আন্দাজ এক পোয়া জল থাকিতে নামাইয়া মাংস পুনরায় চট্‌কাইয়া ছাঁকিয়া লইবে এবং প্রয়োজন-মত লবণ মিশাইবে। সর্ব্বশেষে অতি অল্প ঘৃতে একখানি তেজপত্র ও সামান্য একটু দারুচিনি বা জীরা ভাজিয়া "সম্বরা" দিবে এবং পুনরায় ছাঁকিয়া অল্প শীতল হইলে একটু লেবুর রস দিয়া পান

করাইবে। অল্প চিনি সংযোগ করিলে মাংস শীঘ্র গলিয়া যায়, প্রথমে লবণ মিশাইলে মাংস গলিতে কিছু বিলম্ব ঘটে।

স্মরণ রাখিবে যে, পশুমাংস অপেক্ষা পক্ষিমাংস সহজে জীর্ণ হয়। এজন্য সম্ভব হইলে কচি পক্ষিমাংসই প্রশস্ত। রোগীর পরিপাক শক্তি ভাল থাকিলে মাংস না চট্‌কাইয়া ঐরূপেই রাঁধিবে এবং ঝোলের ভাগ অল্প রাখিয়া নামাইবে। এই অল্প ঝোলযুক্ত কোমল মাংস সহজেই জীর্ণ হয়।

দালের যূষ—দুই তোলা কাঁচা মুগ বা মসূরের দাল—এক সের জলে সিদ্ধ করিয়া এক পোয়া থাকিতে নামাইবে। সিদ্ধ করিবার সময় অল্প হলুদ বাঁটা ও গোটা ধনে দিবে। নামাইবার পর কাপড়ে ছাঁকিয়া একখানি তেজপাতা, অল্প জীরা সামান্য ঘৃত সহ 'সম্বরা' দিবে। আবশ্যক মত লবণ বা চিনি সহ পথ্য দিবে।

ছানার জল—মাটির পাত্রে এক পোয়া ফুটন্ত দুধে আধখানি লেবুর রস দিলে ছানা কাটিয়া যাইবে। উহা বস্ত্রে ছাঁকিলে যে পীতাভ জল পাওয়া যাইবে,তাহাই ছানার জল। ছানার জল রাখিয়া দিলে যে সর পড়ে, উহা পরিত্যাজ্য। পেটের গোলমাল অধিক থাকিলে ছানার জল অতি সুপথ্য, তবে বিশেষ বলকর নহে। প্রয়োজন মত চিনি বা মিছরি মিশান যায়।

তর্পণ।—একছটাক কিস্‌মিস্ দুই সের জলে সিদ্ধ করিয়া আধ সের থাকিতে নামাইবে। শীতল হইলে উহার সহিত খৈ চূর্ণ ৪ তোলা এবং মধু বা চিনি মিশ্রিত করিয়া লইলে 'তর্পণ' প্রস্তুত হয়। ইহা আয়ুর্ব্বেদোক্ত পিত্তনাশক ও কোষ্ঠশুদ্ধিকর সুপথ্য।

পথ্য সম্বন্ধে সাধারণ উপদেশ।

১। রোগীর বল, বয়ঃক্রম এবং পরিপাক শক্তি বুঝিয়া উপবাস বা আহার দিবে। দুর্ব্বল রোগীকে উপবাস দিবে না, দিলে প্রাণহানির আশঙ্কা আছে। সাধারণতঃ বালক, বৃদ্ধ, গর্ভিণী ও দুর্ব্বল রোগীকে উপবাস করাইবে না—ইহাই আয়ুর্ব্বেদের উপদেশ। বৃদ্ধের অপেক্ষায় বালকের এবং বালকের অপেক্ষায় গর্ভিণীর—উপবাস সহন করিবার শক্তি অল্প। বর্ত্তমান সময়ের লোক অত্যন্ত অল্পপ্রাণ, এজন্য ইদানীং অধিক উপবাস সকলেরই সকল সময়ে অনিষ্টকর। পথ্য দিতে হইলে, প্রথমে জল-বার্লি, তরল অন্নমণ্ড বা জল-সাগু দিবারাত্রে ৩।৪ বার দিবে, এই গুলি সর্ব্বাপেক্ষা লঘু পথ্য। অল্প ঘন বা দুগ্ধ মিশ্রিত বার্লি, সাগু বা অন্নমণ্ড অপেক্ষাকৃত গুরু পথ্য। দুর্ব্বল রোগীকে অগ্নিবল বুঝিয়া দিবারাত্রে অর্দ্ধসের হইতে একসের পর্য্যন্ত দুগ্ধ দিবে, কিন্তু প্রতিবারে দুগ্ধের সহিত কোন প্রকার শ্বেতসার মণ্ড (যথা অন্নমণ্ড, বার্লি, সাগু বা শটী) মিশাইয়া দেওয়া আবশ্যক। পিপ্পলীসিদ্ধ দুগ্ধ কিছু না মিশাইয়াও দেওয়া যাইতে পারে।

২। ফলের মধ্যে আঙ্গুর, কিস্‌মিস বা মনক্কা, আনারস, কমলানেবু, বেদানা প্রভৃতি সুপথ্য। প্রথম তিনটী পুষ্টিকর বটে, কিন্তু অন্যান্য ফলে পোষক উপাদান অতি অল্প। বিশেষতঃ বেদানায় জলের ভাগই অধিক, উহা খাইতে দিয়া পুষ্টিকর পথ্য দেওয়া হইল, এরূপ মনে করা অসঙ্গত। সাধারণতঃ লোকের বেদানা সম্বন্ধে ভ্রমাত্মক ধারণা আছে।

পাকা পেঁপে, খেজুর, কলা প্রভৃতি কয়েকটী ফল পুষ্টিকর হইলেও গুরুপাক,—কারণ উহাদের শাঁস গিলিয়া খাইতে হয়।

৩। অধিক মসলাযুক্ত তরকারী এবং অধিক পরিমাণে সরিষার তৈল বা ঘৃত খাওয়া অনিষ্টকর। ইদানীং সরিষার তৈল সুলভ ও ঝাঁঝাল করিবার জন্য 'পাকড়া' বা কুসুমবীজের তৈল, 'ব্লুম অয়েল' (একপ্রকার কেরোসিন তৈল) প্রভৃতি ভেজাল দিয়া প্রস্তুত করা হয়—ইহাতে "বেরি বেরি"-জাতীয় কঠিন শোথ ও উদরাময় রোগ উৎপন্ন হয়।

অম্লপিত্ত ও অম্লশূল পীড়ায় সরিষার তৈল ও লঙ্কা, সরিষা প্রভৃতি তীক্ষ্ণ মসলা ত্যাগ করাই প্রশস্ত।

৪। মদীয় "পথ্যাপথ্য বিধান" গ্রন্থে লিখিত নিয়ম অনুসরণ করিয়া পথ্য পালন করিলে সাধারণতঃ বিশেষ ফল লাভের সম্ভাবনা।

জ্বর।

জ্বর দুই প্রকার—নবজ্বর ও পুরাতন বা বিষমজ্বর। নব জ্বরও দ্বিবিধ হইতে পারে—সাধারণ নবজ্বর এবং কঠিন সংক্রামক বা সান্নিপাতিক জ্বর। পুরাতন জ্বর নানাপ্রকার, তন্মধ্যে ম্যালেরিয়া জ্বরই প্রধান। কিন্তু বর্ত্তমান সময়ে ইহাও প্রায় আরম্ভে নবজ্বরের সমান। নবজ্বরের শেষে এবং পুরাতন জ্বরের আরম্ভে ম্যালেরিয়া জ্বরের বিষয় পৃথক্ ভাবে বর্ণিত হইবে। ইহাও স্মরণ রাখা আবশ্যক যে, অনেক স্থলে জ্বর অন্য রোগের লক্ষণ

মাত্র হইতে পারে,—যেমন যক্ষ্মারোগের জ্বর। সেরূপ স্থলে মূল রোগের চিকিৎসাই প্রধান।

আমরা এস্থলে প্রধানতঃ সাধারণ নবজ্বরের মুষ্টিযোগ-চিকিৎসা বলিব। কঠিন সান্নিপাতিক বা বিকার-যুক্ত জ্বর সম্বন্ধে সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি এবং সাধারণ ব্যবস্থা মাত্র এই ক্ষুদ্র গ্রন্থে বলা যাইবে। কঠিন বা সান্নিপাতিক জ্বরের চিকিৎসার জন্য উপযুক্ত চিকিৎসকের আশ্রয় লওয়াই কর্ত্তব্য।

সাধারণ নবজ্বর।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—বায়ু-প্রধান জ্বরে সাধারণতঃ কম্প, গাত্রবেদনা, হাই উঠা এবং কোষ্ঠবদ্ধতা থাকে। কফ-প্রধান জ্বরে গাত্রে ও মাথায় ভার-বোধ, সর্দ্দি-কাসি এবং অন্নে অত্যন্ত অরুচি হয়। পিত্ত-প্রধান জ্বরে প্রবল পিপাসা এবং গাত্র ও চক্ষুর্দ্বয়ের অত্যন্ত জ্বালা থাকে। বায়ু, পিত্ত, কফ—ইহাদের মধ্যে দুইটার বিকৃতি অধিক থাকিলে, লক্ষণও তদনুযায়ী মিশ্রিত ভাবে হয়। তিনটার দোষ অধিক থাকিলে সান্নিপাতিক জ্বর হয়। পিপাসা, অস্থিরতা, শিরোবেদনা, অনিদ্রা প্রভৃতি প্রায় সকল জ্বরেই অল্প-বিস্তর থাকে। অতিরিক্ত দৌর্ব্বল্য, অতীসার, প্রলাপ, শ্বাস প্রভৃতি উপদ্রব থাকিলে জ্বর কঠিন বলিয়া সন্দেহ করা উচিত।

এস্থলে ইহাও বলা বিশেষ আবশ্যক যে—যে সকল পল্লীগ্রামে ম্যালেরিয়া জ্বরের প্রকোপ অধিক, সেখানে এবং যে সকল

রোগীর শরীরে ম্যালেরিয়া-বিষ প্রচ্ছন্ন ভাবে বর্ত্তমান, তাহাদের নবজ্বর প্রায়ই ম্যালেরিয়া জ্বরের প্রকোপ মাত্র। সেরূপ স্থলে প্রধানতঃ ম্যালেরিয়া প্রকরণে লিখিত উপদেশমত চিকিৎসা করিবে।

হাম, বসন্ত, ডেঙ্গু, ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা প্রভৃতি সংক্রামক জ্বরও নবজ্বররূপেই প্রকাশ পায়। সে সকল স্থলে নিম্নলিখিত বিধি অনুসারে কেবল বায়ু-পিত্ত-কফের প্রতিকূল-চিকিৎসা করিলেই সম্পূর্ণ ফললাভ হয় না, বিশেষ রোগ-প্রতিকূল চিকিৎসাও করণীয়। (সংক্রামক জ্বর প্রকরণ দেখ)

সাধারণ ব্যবস্থা—সাধারণতঃ সকল জ্বরেরই প্রথম ২।১ দিন লঙ্ঘন বা উপবাস দেওয়া ভাল, কিন্তু জ্বর বিশেষ তীব্র না থাকিলে এবং জিহ্বা পরিষ্কার থাকিলে অল্প লঘু আহার দেওয় যাইতে পারে। দুই এক দিন পরে কোষ্ঠ পরিষ্কার হইলে লঘু পথ্য—যথা জল-সাগু, জলবার্লি প্রভৃতি দেওয়া যায়। জিহ্বা পরিষ্কার থাকিলে ও ক্ষুধা হইলে অল্প অল্প 'পিপ্পলীসিদ্ধ দুগ্ধ' দেওয়া যায়। (৩।৪টী ছোট পিপুল, ৵৹ পোয়া জল ও ৵৹ পোয়া দুগ্ধ একত্র সিদ্ধ করিয়া ।৵ পাঁচ ছটাক শেষ থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইলে ঐরূপ দুগ্ধ প্রস্তুত হয়)। বালক, বৃদ্ধ, গর্ভিণী, দুর্ব্বল ও বায়ুপ্রকৃতি (Nervous) ব্যক্তিকে কখনও লঙ্ঘন দিবে না। অত্যন্ত পরিশ্রম, শোক, ভয় বা ক্রোধের পর বাতজ্বর হইলে এবং পুরাতন জ্বরে লঙ্ঘন নিষিদ্ধ। অত্যন্ত গ্রীষ্মে সম্পূর্ণ উপবাস দিবে না।

কোন কোন কবিরাজ ভ্রমক্রমে সকল জ্বররোগীকেই সুদীর্ঘ

লঙ্ঘন দিয়া থাকেন,—তাহাতে অনেক স্থলে রোগ ও রোগী উভয়ের শেষ হয়। এইরূপ চিকিৎসা যুক্তি-বিরুদ্ধ এবং অশাস্ত্রীয়। শাস্ত্রে বিশেষ স্থল ব্যতীত কোথাও সুদীর্ঘ উপবাসের ব্যবস্থা নাই—বরং বলা আছে "যাহাতে বলের হানি না হয়, সেই রূপ মাত্র উপবাস দিবে।" শাস্ত্রে উপবাসের সীমা অতি বলবানের জন্য সাধারণতঃ ছয় দিন মাত্র; দারুণ সান্নিপাত জ্বরের সামাবস্থায় কচিৎ ১০।১৫।২০ দিন পর্য্যন্ত উপবাস সেকালে দেওয়া হইত,'আন্ত্রিক' (Typhoi d) জ্বরাদিতে এখনও দেওয়া হয়। কিন্তু বলা বাহুল্য, সে সময়ে লোকের বল ও দৃঢ়তা অনেক অধিক থাকায় ঔষধাদির মাত্রা যেমন দ্বিগুণ বা চতুর্গুণ ছিল, উপবাসও সেইরূপ সহ্য হইত। বর্ত্তমান সময়ে বলবান্ রোগীর পক্ষেও ৪।৫ দিন উপবাসই যথেষ্ট,—সাধারণতঃ ২।১ দিনের অধিক উপবাস আবশ্যক হয় না। এইরূপ উপবাসের পরদিন তিন চারি বার অল্প অল্প লঘুপথ্য দিয়া রোগীর বলরক্ষা অবশ্যই করিবে। অতিরিক্ত লঙ্ঘনে বলক্ষয় হইলে কখন কখন সাধারণ জ্বরেও বিকারের ন্যায় লক্ষণ প্রকাশ হয়, তখন রোগীর জীবন রক্ষা করা অতি কঠিন ব্যাপার।

দুগ্ধ দিতে সংশয় হইলে 'পিপ্পলী-সিদ্ধ' বা 'শুণ্ঠী-সিদ্ধ' দুগ্ধ দিবে। এক পোয়া দুগ্ধ, এক তোলা শুঁঠ বা আদা ও একপোয়া জল সহ পাক করিয়া দুগ্ধাবশেষ থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইলে 'শুণ্ঠী-সিদ্ধ' দুগ্ধ হয়। ইহাও জ্বর-রোগীর পক্ষে উত্তম পথ্য। ভাল টাট্‌কা দুগ্ধ সুলভ না হইলে গরম জলে গুলিয়া "হর্লিক্‌স মল্টেড্‌ মিল্ক" (Horlick's Malted Milk) দেওয়া যাইতে পারে।

দুগ্ধের ন্যায় পক্ষি-মাংসের যূষও বলকর সুপথ্য। স্থল বিশেষে

উভয়ই দেওয়া যায়। কিন্তু দুগ্ধ ও মাংসযূষ উভয় দিতে হইলে অন্ততঃ ২।৩ ঘণ্টার ব্যবধানে দিবে—এক সঙ্গে কখনই দিবে না। সাধারণতঃ নবজ্বরে মাংসযূষ প্রথম ৮।১০ দিনের মধ্যে না দেওয়াই ভাল।

কোন পথ্যই অতি ঘন ঘন বা অতি বিলম্বে দিবে না। সাধারণতঃ ৩।৪ ঘণ্টা অন্তর পথ্য দেওয়া উচিত। গুরুপাক পথ্য হইলে ৫।৬ ঘণ্টা ব্যবধানে দিবে। রোগী অতি দুর্ব্বল বোধ হইলে অল্প অল্প তরল পথ্য দুই ঘণ্টা অন্তর দেওয়া যায়। এরূপ স্থলে রোগীর অরুচি বা অনিচ্ছা সত্ত্বেও লঘুপাচ্য তরল পথ্য বার বার খাওয়ান আবশ্যক। তবে পথ্য কিরূপ জীর্ণ হইতেছে,—সেদিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখা সকল সময়েই কর্ত্তব্য।

সাধারণতঃ কোষ্ঠশুদ্ধি থাকিলে ও জিহ্বা পরিষ্কার দেখা যাইলে জ্বর সত্ত্বেও দুগ্ধ বা দুগ্ধসাগু, মুগের ডালের যূষ, খৈ-মণ্ড প্রভৃতি পথ্য দেওয়া যায়। ৫।৭ দিনের পরেও অল্প জ্বর থাকিলে এবং কোষ্ঠবদ্ধতা বা পেটের কোন গোলযোগ না থাকিলে প্রত্যহ মোটের উপর অর্দ্ধসের হইতে তিন পোয়া পর্য্যন্ত (অবস্থা বিশেষে ততোধিক) দুগ্ধ অল্পে অল্পে খাওয়ান কর্ত্তব্য। পেটের গোলযোগ থাকিলে জলসাগু, জল-বার্লি, ছানার জল প্রভৃতি দিবে, দুগ্ধ দিবে না কিম্বা অতি অল্প দিবে। ফল কথা, সকল স্থলেই রোগীর পরিপাক শক্তির এবং বলরক্ষার দিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখিবে।

জ্বরের উপশম হইলে এবং রোগীর জিহ্বাদি পরিষ্কার ও ক্ষুধা বোধ হইলে ভেঁটের বা ধানের খই, বাতাসা, সুসিদ্ধ আলু বা

আলুপোড়া, অল্প পরিমাণে ভাতের মণ্ড বা খৈ-মণ্ড এবং কৈ, মাগুর প্রভৃতি মাছের ঝোল, পল্‌তার ঝোল, দুগ্ধ প্রভৃতি দেওয়া যাইতে পারে। সম্পূর্ণ জ্বরত্যাগ হইলে পুরাতন চালের সুসিদ্ধ ভাত, সুজীর রুটী, মুগের ডাল, আলু, পটোল, কাঁচকলা, উচ্ছে, ছোট বেগুন, পল্‌তা প্রভৃতির সুসিদ্ধ ও অল্প মসলাযুক্ত তরকারী এবং কৈ, মাগুর প্রভৃতি মাছের ঝোল দিবে।

ফলের মধ্যে বেদানা, আনারস, আঙ্গুর, কিস্‌মিস এবং অল্প পরিমাণ কলসী-খেজুর রোগীকে দেওয়া যাইতে পারে। পেটের দোষ থাকিলে কেবল বেদানা, কেশুর ও পানিফল দেওয়া যায়, আঙ্গুর ও খেজুর দিবে না।

জ্বর রোগীকে অগ্নিপক্ক জল প্রচুর পরিমাণে দিবে, তাহাতে দোষ নাই। প্রত্যেক বারে এক ছটাক বা আধ পোয়া পর্য্যন্ত জল দেওয়া যায়। কফ ও বায়ুর প্রাবল্য থাকিলে জল উত্তমরূপে সিদ্ধ করিয়া অল্প গরম অবস্থাতেই দিবে। পিত্তের প্রাবল্য, অতিসার, ভ্রম, দাহ প্রভৃতি থাকিলে অগ্নিপক্ক জল শীতল করিয়া দিবে। সকল স্থলেই জল সিদ্ধ করিয়া মৃৎপাত্রে রাখিবে।

পল্লীগ্রামে পানীয় জল শোধন করিয়া দেওয়া আবশ্যক। পানীয় জল শোধনের প্রণালী পূর্ব্বে "রোগ-প্রতিষেধ" প্রসঙ্গে লেখা হইয়াছে।

ম্যালেরিয়া জ্বরে জ্বর ত্যাগের পরেই বলকর লঘু আহার দিবে—উপবাস কদাচ দুই এক দিনের অধিক দিবে না (ম্যালেরিয়া দেখ)।

কোষ্ঠশুদ্ধি না থাকিলে ২।১ দিন পরে মৃদু বিরেচক ঔষধ (যথা বিশুদ্ধ এরণ্ড তৈল ২ তোলা—গরম জলের সহিত, কিম্বা তেউড়ী মূল চূর্ণ ৵০ হইতে ।০ মাত্রায় চিনির সহিত) ব্যবহার করিবে। জোলাপ একবারের অধিক ব্যবহার করা ভাল নহে—নিতান্ত প্রয়োজন হইলে ৫।৬ দিনের পর পুনরায় একবার দেওয়া যাইতে পারে।

নবজ্বরে প্রথম ৫।৬ দিন পাচন না দেওয়াই ভাল। বিশেষ কোন ঔষধ না দিয়া প্রথমে ২।১টা উপবাস ও পরে লঘু পথ্যাদি দিলেই সাধারণ নবজ্বর প্রায় আরোগ্য হয়।

রোগীর জিহ্বা অপরিষ্কার, মুখে জল উঠা, বমনেচ্ছা, তন্দ্রা, অরুচি, পেটের ভার বোধ বা ফাঁপ, শরীরের জড়তা ও প্রবল জ্বর থাকিলে জ্বরের "সামতা" অর্থাৎ অজীর্ণ দোষ আছে, বুঝা যায়। এই অবস্থায় বিশেষ কোন ঔষধ বা পথ্য না দেওয়াই ভাল। ঘন ঘন গরম জল পান ও উপবাস দ্বারা আমের পরিপাক হইয়া ঐ সকল লক্ষণ সারিয়া গেলে জ্বর "নিরাম" বা অজীর্ণ-দোষশূন্য হইয়াছে বুঝিতে হয়। তখন পাচনাদি ঔষধ ও লঘু-পাচ্য পথ্য নিশ্চিন্ত মনে দেওয়া যায়। জ্বরের অল্প পরিমাণ "সামতা" থাকিলেও খুব তরল জলসাগু, জলবালি প্রভৃতি পথ্য স্থল বিশেষে দেওয়া যাইতে পারে।

নিম্নে যে সমস্ত পাচন লেখা হইয়াছে, সেগুলি প্রথম ৫।৬ দিন পরে প্রয়োজ্য। পাচন ভিন্ন অপর ঔষধগুলি ৫।৬ দিনের মধ্যেও দেওয়া যায়।

ঔষধাদি।—দাস্ত পরিষ্কার না থাকিলে—(১) সোঁদালের

আঠা একতোলা গরম দুগ্ধে গুলিয়া খাওয়াইবে; কিম্বা (২) হরীতকীর খোসা, কিসমিস, গোলাপ-পাপড়ি ও শুঁঠ প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা পাচন * করিয়া দিবে। (৩) অথবা দুই তোলা কিম্বা ২॥ তোলা বিশুদ্ধ রেড়ির তৈল ও অর্দ্ধ তোলা আদার রস অর্দ্ধ ছটাক গরম দুগ্ধে বা গরম জলে মিশাইয়া খাওয়াইবে অথবা (৪) তেউড়ী মূল চূর্ণ সিকি তোলা, পিপুলচূর্ণ দুই আনা এবং জাঙ্গী হরীতকী চূর্ণ দুই আনা সম পরিমাণ চিনির সহিত মিশাইয়া একবারে বা দুই বারে জল সহ গিলিয়া খাইবে। (৭) কল্পতরু আয়ুর্বেদ ভবনের "মধুর বিরেচন চক্রিকা"ও নির্দ্দোষ বিরেচক ঔষধ। প্রয়োজন মত একটা বা দুইটা শীতল-জল গিলিয়া খাইতে হয়।

পিপাসা অধিক থাকিলে—শ্বেতচন্দন ঘসা অর্দ্ধ তোলা অর্দ্ধ সের জলের সহিত মিশাইয়া অল্প অল্প পান করাইবে। অথবা মৌরীর পুটলী জলে ভিজাইয়া চুষিতে দিবে। অম্ল লেবুর রস জলে মিশাইয়া পান করাইলেও তৃষ্ণার উপশম হয়। এই সকল উপায়ে তৃষ্ণার উপশম না হইলে—মুথা, ক্ষেৎপাপ্‌ড়া, বেণার মূল, রক্তচন্দন, বালা, শুঁঠ এই ছয়টা দ্রব্য প্রত্যেক ।৵০ আনা পরিমাণ /৪ চারি সের জলে চড়াইয়া /২ সের জল শেষ থাকিতে নামাইয়া শীতল হইলে ছাঁকিয়া অল্প অল্প পান করাইবে। এই জলের নাম "ষড়ঙ্গপানীয়"। ইহা তৃষ্ণা-নিবারক, শৈত্যকর

* পাচন করিবার নিয়ম এইরূপ—লিখিত দ্রব্যগুলি মোট ২ তোলা /॥ সের জলে সিদ্ধ করিয়া—/৵ পোয়া শেষ থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে।

ও জ্বরনাশক। পাচন দিবার অবস্থা না হইলেও ইহা নির্ভয়ে দেওয়া যায়—ইহার ক্রিয়া অনেকটা "ফিবার মিক্শ্চারের" ন্যায়।

সাধারণতঃ গরম জল শীতল করিয়া পান করাইলেই চলিতে পারে। কফজ্বর ব্যতীত অন্য সকল জ্বরেই সন্তাপ প্রবল হইলে অল্প অল্প বরফও চুষিতে দেওয়া যায়।

দাহ অধিক থাকিলে—(১) ধনে এক তোলা অর্দ্ধ সের শীতল জলে রাত্রিতে ভিজাইয়া সকালে ছাঁকিয়া দুই তোলা চিনি মিশাইয়া অল্প অল্প পান করাইবে ; অথবা (২) কচি পলাশের পাতা কাঁজির সহিত বাটিয়া ব্রহ্ম তালুতে প্রলেপ দিবে ; অথবা (৩) রোগীকে চিৎ করিয়া শয়ন করাইয়া তাহার নাভির উপরে একটী কাংস্যপাত্র রাখিয়া তাহাতে বরফ বা শীতল জলের ধারা দিবে (রোগীর গাত্রে যেন জল না পড়ে)। শেষোক্ত উপায়ে দাহ অতি সত্বর প্রশমিত হয়।

শিরঃপীড়া অধিক থাকিলে—(১) দারুচিনি উত্তমরূপে জলে বাঁটিয়া কেবল বা অল্প মাখন মিশ্রিত করিয়া কপালে লেপ দিবে। অথবা (২) রক্তচন্দন-ঘসা কিঞ্চিৎ কর্পূর মিশাইয়া কপালে প্রলেপ দিবে। (৩) লালকরবীর পুষ্প ও আমলা কাঁজির সহিত বাঁটিয়া ঈষদুষ্ণ করিয়া কপালে প্রলেপ দিলেও বিশেষ উপকার হয়। ডাক্তারী ব্যবস্থা—(১) মেন্থল (Menthol) বা পিপারমিণ্ট ও কর্পূর উত্তমরূপে মিশাইয়া অল্প ঘৃতের সহিত রগে প্রলেপ দিলে বিশেষ উপকার হয়। (২) প্রলাপাদি যুক্ত দারুণ শিরঃপীড়ায় অথবা জ্বরসন্তাপ অত্যধিক (১০৪।৫ ডিগ্রী

পর্য্যন্ত) হইলে রবারের থলি (Ice-bag) বরফপূর্ণ করিয়া মাথায় বসাইলে সমধিক উপকার হয়, কিন্তু মাথায় জল না বসে, সে বিষয়ে সাবধান হইবে। বায়ু ও পিত্তের প্রাবল্য থাকিলে মাথায় বরফ দেওয়া যায়, শ্লেষ্মাধিক্য থাকিলে মাথায় বরফ দিবে না।

কম্পজ্বরে—কম্প নিবারণার্থ ৪।৫টী গোলমরিচ চিবাইয়া গরম জল পান করিলে সদ্যঃ উপকার হয়। গরম জল বোতলে বা রবারের থলিতে পুরিয়া হাতে পায়ে ও পাঁজরায় স্বেদ দিলেও কম্প নিবারণ হয়।

বমনেচ্ছা বা বমি অধিক থাকিলে—এক খণ্ড কাগজি লেবু চুষিতে দিবে; অথবা যতদূর উষ্ণ পান করা যায় ততদূর উষ্ণ জল অল্প অল্প পান করাইবে। কোন কোন অবস্থায় বরফ চুষিলেও উপকার হয়। কুলের আঁটির শাঁস ও বড়এলাচ চূর্ণ প্রত্যেক ৪ রতি মধুসহ অবলেহ করাইলেও বমি বন্ধ হয়। ম্যালেরিয়া ও সাধারণ পিত্তজ্বরে বমি প্রায়ই হয়, নিতান্ত অধিক না হইলে তজ্জন্য কোন উপায় করা অনাবশ্যক। সোডা বা লিমনেড বরফসহ অল্প মাত্রায় পান করাইলেও বমি নিবারণ হয়। বমি নিবারণের অন্যান্য যোগ বমি-চিকিৎসা প্রকরণে দ্রষ্টব্য।

আহারের অল্পক্ষণ পরেই জ্বর হইলে কিম্বা প্রবল বমনেচ্ছা থাকিলে প্রচুর গরম জল অথবা লবণ জল খাইয়া গলায় অঙ্গুলী দিয়া বমি করিয়া ফেলা কর্ত্তব্য।

সর্দ্দি অধিক থাকিলে—লবঙ্গ, তালের মিছরি, যষ্টিমধু ও দারুচিনি প্রত্যেক ।০ আনা পরিমাণ উষ্ণ জলে চায়ের ন্যায় প্রস্তুত করিয়া পান করিতে দিবে। ২।৩ ঘণ্টা অন্তর আধ

পোয়া তিন ছটাক করিয়া গরম জল খাইলেও সর্দ্দির বিশেষ উপকার হয়।

জ্বরবেগ অধিক থাকিলে—আতইচ-চূর্ণ দুইরতি, নিমছাল চূর্ণ তিন রতি এবং মকরধ্বজ বা রস-সিন্দূর অর্দ্ধরতি কিম্বা কেবল আতইচ-চূর্ণ তিন রতি, বিশুদ্ধ পরিষ্কৃত সোরা দুই রতির সহিত তিন চারি ঘণ্টা অন্তর মধুসহ খাওয়াইবে। জ্বর কমিলে এই ঔষধ আর খাওয়াইবে না।

গাত্র-বেদনা অধিক থাকিলে—তপ্ত খোলায় বালি ভাজিয়া কাপড়ের পুঁটুলি করিয়া সর্ব্বাঙ্গে বা যে স্থানে বিশেষ বেদনা সেই স্থানে স্বেদ দিবে। শুষ্ক ফ্লানেল গরম করিয়া সেক দিলেও উপকার হয়।

নবজ্বরে প্রথম ৪।৫ দিন এইরূপ সামান্য সামান্য মুষ্টিযোগের অতিরিক্ত বিশেষ পাচনাদি ঔষধ দিবে না, ইহা পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে। কিন্তু দাস্ত পরিষ্কার হইবার জন্য লিখিত পাচন বা মুষ্টিযোগগুলি প্রয়োজন হইলে দেওয়া যায়। ৪।৫ দিন পরেও জ্বর যদি নিবৃত্ত না হয়, তবে জ্বরের অবস্থা বুঝিয়া নিম্নলিখিত পাচনের মধ্যে একটী খাওয়াইবে।

সর্ব্ব-প্রকার সাধারণ জ্বরের পাচন—ধনে একতোলা, পল্‌তা একতোলা—একত্র কুটিয়া অর্দ্ধসের জলে চড়াইয়া অর্দ্ধপোয়া থাকিতে নামাইয়া প্রত্যহ দুইবার খাওয়াইবে। এই "ধনে পল্‌তা" পাচন—বিশেষ কোন উপদ্রব না থাকিলে সকল জ্বরেই যথেষ্ট উপকারী। ইহা জ্বরঘ্ন, অগ্নিদীপ্তিকর ও কোষ্ঠ-শুদ্ধিকারক।

বাতিক জ্বরে—(১) কিরাতাদি ক্বাথ—চিরেতা, মুথা, গুলঞ্চ, বালা, বৃহতী, কণ্টিকারী, গোক্ষুর, শালপানি, চাকুলে, শুঁঠ—এই সকল দ্রব্য মিলিত দুই তোলা লইয়া যথাবিধি পাচন করিয়া প্রত্যহ দুইবার সেবন করিতে দিবে। এই পাচন সেবনে গাত্র-বেদনা নষ্ট হয় এবং দাস্ত পরিষ্কার হইয়া ক্ষুধা বৃদ্ধি হয়।

(২) বৃহৎ পঞ্চ-মূল ক্বাথ—বেল, শ্যোনা, গাম্ভারী (গামার), পারুল ও গণিয়ারি ইহাদের মূল (অভাবে ছাল)—সর্ব্বসমেত দুইতোলা পূর্ব্ববৎ পাচন প্রস্তুত করিয়া প্রত্যহ দুইবার খাওয়াইবে। ইহা আম-দোষ ও গাত্রবেদনা নিবারক, জ্বরঘ্ন এবং অগ্নিদীপ্তি-কারক। পীড়ার প্রাবল্য থাকিলে শালপাণি, চাকুলে, বৃহতী, কণ্টিকারী ও গোক্ষুর—এই পাঁচটী দ্রব্য যোগ করিবে। এই দশটী দ্রব্যের নাম "দশমূল"। এই দশমূল পাচন অতি প্রসিদ্ধ উপকারী ঔষধ।

(৩) পিপুলমূল, গুলঞ্চ ও শুঁঠ—মোট দুই তোলা পূর্ব্ববৎ পাচন করিয়া খাওয়াইলে আমদোষ ও পেটের বেদনাযুক্ত বাতজ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

পিত্তজ্বরে—(১) ইন্দ্রযব, কট্‌ফল, মুথা, আকনাদি ও কট্‌কি ইহাদের ক্বাথ প্রস্তুত করিয়া তাহাতে অর্দ্ধ তোলা চিনি মিশাইয়া সেবন করাইলে কোষ্ঠশুদ্ধি হইয়া পৈত্তিক জ্বর নষ্ট হয়।

২। পল্‌তা ও খোসাছাড়ান যব—প্রত্যেক এক তোলা

ক্বাথ প্রস্তুত করিয়া শীতল হইলে মধু প্রক্ষেপ দিয়া পান করিলে প্রবল পিত্তজ্বর নষ্ট হয় এবং তৃষ্ণা ও দাহ নিবারিত হয়।

৩। ক্ষেৎপাপ্‌ড়া, রক্তচন্দন, বালা ও শুঁঠ ইহাদের ক্বাথ সেবনে প্রবল দাহ ও তৃষ্ণা-যুক্ত পিত্তজ্বর শীঘ্র নিবারিত হয়। কেবল ক্ষেৎপাপড়া দুই তোলা ক্বাথ প্রস্তুত করিয়া খাওয়াইলেও বিশেষ উপকার হয়।

কফজ্বরে—(১) নিম্বাদি ক্বাথ। নিমছাল, শুঁঠ, গুলঞ্চ, দেবদারু, শঠী, চিরাতা, কুড়, পিপুল, গজ-পিপুল, বৃহতী (ব্যাকুড়)—সর্ব্বসমেত মোট দুই তোলা। বিধিমত ক্বাথ করিয়া সেবনে কফজ্বর নষ্ট হয়।

(২) কট্‌কি, চিতামূল, হরিদ্রা, নিমছাল, আতইচ ও বচ—ইহাদের ক্বাথ যথা নিয়মে প্রস্তুত করিয়া।০ চারি আনা পরিমাণ গোলমরিচ ও অর্দ্ধতোলা মধু প্রক্ষেপ দিয়া খাওয়াইলে কফজ্বরে কোষ্ঠশুদ্ধি হয় এবং কফ দোষের প্রতিকার হয়।

(৩) নিসিন্দাপাতা একতোলা, শুঁঠ অর্দ্ধ তোলা ও পিপুল অর্দ্ধতোলা যথাবিধি পাচন প্রস্তুত করিয়া খাওয়াইলে আমযুক্ত কফজ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

(৪) পিপুল চূর্ণ ও মধু প্রত্যেক অর্দ্ধতোলা একত্র মিশ্রিত করিয়া অল্প অল্প করিয়া অবলেহ করিলে সর্দ্দি-কাসিযুক্ত জ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

বাতপৈত্তিক জ্বরে—(১) শুঁঠ, গুলঞ্চ, মুথা, চিরাতা, চাকুলে, শালপানি, কণ্টিকারী, বৃহতী ও গোক্ষুর—সর্ব্ব-সমষ্টি

দুই তোলা পূর্ব্ববৎ পাচন করিয়া সেবনে সমধিক উপকার হয়। ইহার নাম—"নবাঙ্গ ক্বাথ"।

(২) মুথা, রক্ত-চন্দন, ক্ষেৎপাপড়া, কট্‌কি, বেনার-মূল, পল্‌তা ও বালা—মিশ্রিত ২ তোলা—যথাবিধি পাচন প্রস্তুত করিয়া শীতল হইলে অর্দ্ধতোলা চিনি প্রক্ষেপ দিয়া পান করাইবে। এই পাচনের নাম "ঘন-চন্দনাদি"। ইহাতে জ্বর, বমি, তৃষ্ণা, অরুচি ও দাহ সত্বর নিবারিত হয়।

পিত্তশ্লৈষ্মিক জ্বরে—"অমৃতাষ্টক" পাচন—গুলঞ্চ, ইন্দ্র-যব, নিমছাল, পল্‌তা, কট্‌কি, শুঁঠ, রক্তচন্দন ও মুথা—যথাবিধি পাচন করিয়া খাওয়াইলে কোষ্ঠবদ্ধতা, অরুচি, বমনেচ্ছা, পিপাসা, দাহ, গাত্রবেদনা প্রভৃতির সত্বর উপশম হয়।

বাতশ্লৈষ্মিক জ্বরে—(১) "পঞ্চ-কোল" ক্বাথ—পিপুল, পিপুল-মূল, চৈ, চিতামূল, শুঁঠ এই পাঁচটী--দ্রব্য পাচন করিয়া সেবন করাইলে কফের প্রতিকার, জড়তা নাশ ও অগ্নিদীপ্তি হইয়া বিশেষ উপকার হয়। ইহা অত্যন্ত ক্ষুধাবর্দ্ধক।

(২) কোষ্ঠবদ্ধতা থাকিলে সোঁদালের আঠা, পিপুলমূল, মুথা, কট্‌কি ও হরীতকী--মিলিত দুই তোলা ক্বাথ প্রস্তুত করিয়া খাওয়াইলে অগ্নির দীপ্তি ও আমদোষের পরিপাক হইয়া জ্বর-নিবৃত্তি হয়। এই পাচন ভেদক, এজন্য ইহা বার বার প্রয়োগ করিবে না।

বিশেষ কথা—পূর্ব্বোক্তরূপ চিকিৎসা করিলে সাধারণ নবজ্বর প্রায় ৬।৭ দিনেই নিবৃত্ত হয়। ৭।৮ দিনের পরেও জ্বর

প্রবল থাকিলে এবং আমদোষ না থাকিলে কথিত বিধি অনুসারে পিপ্পলী-সিদ্ধ দুগ্ধ পান করাইবে এবং জ্বরের কোন একটী পাচন বিবেচনা পূর্ব্বক প্রয়োগ করিবে। প্রলাপ, অতীসার প্রভৃতি লক্ষণ প্রবল থাকিলে কোন সুচিকিৎসকের হস্তে চিকিৎসার ভার ন্যস্ত করা কর্ত্তব্য।

কঠিন সান্নিপাতিক ও সংক্রামক জ্বর

সংক্রামক ও সান্নিপাতিক জ্বর নানা প্রকার। অনেক সময়ে প্রথম প্রথম ইহাদের লক্ষণাদি পরিস্ফুট হয় না। পক্ষান্তরে চিকিৎসার দোষে সাধারণ জ্বরও কখন কখন সান্নিপাতিক হইয়া পড়ে। সান্নিপাতিক জ্বরের লক্ষণাদিও নানাবিধ। তন্মধ্যে অনেক স্থলেই প্রথম হইতে অতিরিক্ত শিরঃ-পীড়া, প্রবল জ্বর, পেটের ফাঁপ, জিহ্বা অপরিস্কার, অত্যন্ত দুর্ব্বলতা প্রভৃতি উপসর্গ থাকে। কিন্তু প্রলাপ, অতীসার (মলভেদ) বা অত্যন্ত কোষ্ঠবদ্ধতা, জ্বরের উত্তরোত্তর বৃদ্ধি ও নাড়ীর বিশেষ দুর্ব্বলতা, শ্বাস প্রভৃতি লক্ষণ থাকিলে কঠিন সন্নিপাত জ্বর বলিয়া নিশ্চিত বুঝা যায়। ২।১টী লক্ষণ দেখিয়াই সন্নিপাত বলা কর্ত্তব্য নহে। কঠিন সান্নিপাতিক জ্বরের চিকিৎসা ঘরে ঘরে করিবে না, কোন সুচিকিৎসকের হস্তে ভার দিবে। সুচিকিৎসক না পাওয়া গেলে এবং অজীর্ণ দোষ না থাকিলে সান্নিপাতিক বা সংক্রামক জ্বরে রোগীর বলরক্ষার জন্য প্রয়োজন মত পিপ্পলী-সিদ্ধ দুগ্ধ পরিমাণ

মত পান করাইতে থাকিবে, অকারণ লঙ্ঘনে রোগী যেন কেবল দুর্ব্বল হইয়া না পড়ে। অতীসার থাকিলে দুগ্ধ দিবে না, কেবল ছানার জল, জল বার্লি প্রভৃতি দিবে। দুর্ব্বলতা অধিক থাকিলে প্রতিবারে জল-এরারুট মিশাইয়া অল্প ছাগদুগ্ধ দেওয়া যাইতে পারে। দুগ্ধ জীর্ণ না হইলে ছানার জল প্রত্যহ আধসের পর্য্যন্ত পান করাইবে। ইহা জ্বরাতিসারে সুপথ্য।

অনেক সময়ে কেবল যথাবিধি সুপথ্য সেবন করাইয়া রোগীর বলরক্ষা করিতে পারিলে বিশেষ ঔষধ না দিয়াও অনেক সান্নিপাতিক জ্বরের উপশম বা প্রতিকার করা যায়।

সান্নিপাতিক জ্বরের জন্য দুইটী বিশেষ উপকারী পাচন নিম্নে লিখিত হইল।

১। "শট্যাদি পাচন"—শটী, কুড়, বৃহতী, কাঁকড়াশৃঙ্গী, দুরালভা, গুলঞ্চ, শুঁঠ, আকনাদি, চিরেতা, কট্‌কী—সর্ব্বমিলিত ২ তোলা, জল ।৷৷০ সের, শেষ ৵০ অর্দ্ধপোয়া। ইহা কাস, বুকের ও পার্শ্বের বেদনা, শ্বাস ও তন্দ্রাযুক্ত সন্নিপাত জ্বরে বিশেষ উপকারী। প্রত্যহ এক বার বা দুই বার প্রয়োজ্য।

২। "অষ্টাদশাঙ্গ পাচন"—চিরেতা, দেবদারু, দশমূল (২৯পৃষ্ঠায় লিখিত দশটী দ্রব্য), শুঁঠ, মুথা, কট্‌কী, ইন্দ্রযব, ধনে ও গজপিপ্পলী—মিলিত ২ তোলা। পূর্ব্ববৎ পাচন প্রস্তুত করিয়া তন্দ্রা, মোহ, প্রলাপ, কাস, অরুচি, দাহ ও শ্বাসযুক্ত সন্নিপাত জ্বরে প্রত্যহ এক বার বা দুই বার প্রয়োজ্য।

এস্থলে ইহাও বলা আবশ্যক যে প্লেগ, নিউমোনিয়া, ইন্‌ফ্লু-য়েঞ্জা প্রভৃতি কঠিন সংক্রামক জ্বর সমূহ প্রথমে জীবাণুবিষজাত

হইলেও পরিণামে সান্নিপাতিক জ্বরের লক্ষণাক্রান্ত। ইহাদের চিকিৎসা সান্নিপাতিক জ্বরের চিকিৎসার ন্যায়।

বর্ত্তমান সময়ে সুপ্রসিদ্ধ কয়েকটী সংক্রামক জ্বরের লক্ষণ মদীয় "সিদ্ধান্ত নিদান" হইতে নিম্নে অতি সংক্ষেপে উদ্ধৃত হইল।

আন্ত্রিক জ্বর—(Typhoid fever)—প্রথম ৫।৭ দিন দারুণ শিরঃপীড়া ও কোষ্ঠবদ্ধতা থাকে এবং ক্রমে ক্রমে জ্বর বৃদ্ধি হয়। অনেক স্থলে ষষ্ঠ দিনের পর হইতে ৫।৭।১০ দিন পর্য্যন্ত উজ্জ্বল পীতবর্ণ মলভেদ, এবং পেটের ফাঁপ হয়। কোন কোন স্থলে কেবল কোষ্ঠবদ্ধতা থাকে। দ্বিতীয় তৃতীয় সপ্তাহে জ্বরের উত্তরোত্তর বৃদ্ধি, কাসি, প্রলাপ, তৃষ্ণা, মোহ প্রভৃতি হয়। তৃতীয় সপ্তাহান্তে জ্বর ক্রমে ক্রমে কমিতে থাকে এবং প্রায়ই ২৮ দিনের মধ্যে ছাড়িয়া যায়।

এই রোগের চিকিৎসা বিশেষ নৈপুণ্য-সাপেক্ষ। ইহাতে অধিক ঔষধ দিতে নাই, পথ্য—দুগ্ধ বা ছানার জল, বার্লির জল প্রভৃতি দিতে হয়। বল রক্ষা করিয়া নির্দ্দিষ্ট সময় যাপনই ইহার প্রধান চিকিৎসা।

শ্লৈষ্মিক জ্বর (ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা—Influenza)—ইহাতে হঠাৎ সর্দ্দি-কাসি, মাথা ও গায়ের ব্যথা এবং অত্যন্ত অবসাদ সহ জ্বর হয়। কখন কখন জ্বরের পূর্ব্বে শীত ও কম্প হয়। শরীর ২।৪ দিনেই অত্যন্ত কৃশ ও দুর্ব্বল হইয়া থাকে। কফের দোষ অধিক হইলে প্রায়ই নিম্নোক্ত শ্বসনক সন্নিপাতের ন্যায় লক্ষণ হয়। এই রোগে কখন কখন ভেদ বমিও হইয়া থাকে এবং শেষে কামলা (Jaundice) বা ন্যাবা পর্য্যন্ত হইতে পারে। ইহার চিকিৎসা বাতশ্লেষ্মাধিক

সন্নিপাতের ন্যায়। বিশেষতঃ রোগীকে শয্যা হইতে উঠিতে দিবে না এবং পিপ্পলী-সিদ্ধ দুগ্ধ, খৈয়ের মণ্ড প্রভৃতি দিয়া বল রক্ষা করিবে। আয়ুর্ব্বেদোক্ত "লক্ষ্মীবিলাস রস" ও "কল্পতরু ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা চক্রিকা" ইহার মহৌষধ। প্রত্যহ ২।৩ বার আদার রস ও মধু সহ দিবে।

শ্বসনক জ্বর (নিউমোনিয়া—Pneumonia)—ইহাতে বুকে ও পার্শ্বে অত্যন্ত বেদনা, জ্বর, কাসি এবং ঘন ঘন শ্বাস হয়। শ্বাসের সময় নাসিকার দুই পার্শ্ব ফুলিতে থাকে এবং কাসির সহিত প্রায়ই রক্ত দেখা যায়। প্রবল জ্বর, কপালে ও বুকে অল্প অল্প ঘাম, দুর্ব্বলতা, মোহ, প্রলাপ প্রভৃতি লক্ষণ শীঘ্রই প্রকাশ পায়। সাধারণতঃ জ্বর ৭ম, ৮ম বা ৯ম দিনে হঠাৎ ছাড়িয়া যায় ও প্রচুর ঘাম হইয়া রোগীর প্রাণসংশয় অবস্থা হয়। জ্বর কখন কখন ধীরে ধীরেও ছাড়ে।

এই রোগে রোগীর বলরক্ষা করিয়া সাবধানে চিকিৎসা করিবে। ইহাতে সান্নিপাতিক জ্বরের পাচন ও অভ্র-ঘটিত ঔষধ প্রয়োগে বিশেষ উপকার হয়। রোগীর বক্ষঃস্থল গরম কাপড়ে বা তুলায় বেষ্টিত রাখিবে এবং ঘরের দরজা জানালা সর্ব্বদা খোলা রাখিবে। এই রোগে বিশুদ্ধ বায়ুর আবশ্যকতা অত্যধিক।

দণ্ডক জ্বর (ডেঙ্গু—Dengue)—এই রোগে হঠাৎ একাধক অস্থিসন্ধিতে অসহ্য বেদনা ও যন্ত্রণা হয়; মনে হয় বুকের বা কোমরের বা অন্য কোন স্থলের হাড় ভাঙ্গিয়া গিয়াছে। সঙ্গে প্রায়ই সর্দ্দি-কাসি ও জ্বর থাকে। কখন কখন গায়ে এক প্রকার লাল-বর্ণের দাগ (কতকটা হামের ন্যায়) বাহির হইয়া ২।৩ দিনে মিলা-

ইয়া যায়। সাধারণতঃ ৮।১০ দিনে আরোগ্য লাভ ঘটে। এই রোগে পূর্ব্বোক্ত "পঞ্চকোল পাচন" ও "দশমূল পাচন" বিশেষ উপকারী। রোগীর কোষ্ঠশুদ্ধির দিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখিবে এবং সন্ধিগুলিতে বালুকা-স্বেদ দিবে।

কর্ণমূলিক জ্বর (মম্প্‌স-Mumps)—এই রোগে প্রথমে এক দিকে—পরে শীঘ্রই অন্য দিকে কর্ণমূল ফুলে এবং ৫।৬ দিন প্রবল জ্বর ভোগ হয়। পরে জ্বর শীঘ্র কমিয়া যায়। শেষের দিকে প্রায়ই অণ্ডকোষে তীব্র বেদনাযুক্ত শোথ হয়। প্রায়ই ৮।১০ দিনে আরোগ্য লাভ ঘটে।

এই রোগের চিকিৎসা বাতশ্লৈষ্মিক জ্বরের ন্যায়। ফুলার উপর ধুতুরা পাতার রসে সমুদ্রফেন ঘসিয়া গরম করিয়া প্রলেপ দিবে। কোষ্ঠশুদ্ধির দিকে বিশেষ দৃষ্টি রাখিবে।

মসূরিকা জ্বর।—পূর্ব্বোক্ত সংক্রামক জ্বর গুলির পরেই এই স্থলে অতি সংক্রামক মসূরিকা-জাতীয় জ্বর সম্বন্ধে কিছু বলা আবশ্যক। আয়ুর্ব্বেদে মসূরিকা বলিলে বসন্ত জাতীয় রোগ বুঝায়। ইহার নানা প্রকার ভেদ আয়ুর্ব্বেদে বর্ণিত থাকিলেও এস্থলে ৩টী মাত্র প্রধান ভেদ বলা হইতেছে। এই তিনটী ভেদ —(১) বৃহৎ মসূরিকা বা বড় বসন্ত (Small Pox) ; (২) লঘু মসূরিকা বা পান বসন্ত (Chicken Pox), এবং (৩) রোমান্তিকা বা হাম (Measles)। এইরূপ শ্রেণীবিভাগ মদীয় 'সিদ্ধান্ত নিদান' গ্রন্থ হইতে উদ্ধৃত হইল।

১। বৃহৎ মসূরিকা বা বড় বসন্ত—এইরোগে সাধারণতঃ শীত, কম্প ও শিরঃপীড়াযুক্ত জ্বর এবং কটিদেশে ও পৃষ্ঠে অত্যন্ত

বেদনা হয়। অনেক সময়ে প্রথম ২।৩ দিন তীব্র জ্বর হয় এবং প্রলাপ ও মোহ হইয়া থাকে। সাধারণতঃ তৃতীয় বা চতুর্থ দিনে গাত্রে অল্প অল্প ঈষদুন্নত দাগ হয় এবং জ্বর কমিয়া যায়। ক্রমে আর ২।৩ দিনের মধ্যে সর্ব্বাঙ্গে অতি ঘনভাবে বসন্তের গুটি বাহির হয়। সাধারণতঃ ৬ষ্ঠ হইতে ৮ম দিনের মধ্যে গুটিগুলি প্রথমে জলপূর্ণ ও পরে পূয় পূর্ণ হয়। ইহার পর ৪।৫ দিন, কখন বা ৮।১০ দিন ধরিয়া পিড়কাগুলি ধীরে ধীরে শুখাইতে থাকে। কাহার কাহার পিড়কাগুলি শুখাইতে ৩।৪ সপ্তাহ লাগে। গায়ের দাগগুলি প্রায়ই চিরস্থায়ী হইয়া যায়। এই রোগে রক্তপ্রস্রাব, রক্তভেদ, জলবৎ অতীসার, নিউমোনিয়া প্রভৃতি নানাপ্রকার উপসর্গ ঘটিতে পারে। কাহারও কাহারও শ্রবণেন্দ্রিয় বা দর্শনেন্দ্রিয় নষ্ট হয়।

চিকিৎসা—রোগী বলবান্ হইলে প্রথম ৩।৪ দিনের মধ্যে (১) পল্‌তা, নিমছাল ও বাকস পাতা প্রত্যেকের রস এক তোলা হিসাবে লইয়া তাহাতে বচ, যষ্টিমধু, ইন্দ্রযব ও মদন ফল চূর্ণ প্রত্যেক চারি আনা প্রক্ষেপ দিয়া পান করাইবে। ইহাতে রোগীর বমন হইয়া অনেক পিত্ত ও শ্লেষ্মা উঠিয়া যায় এবং বসন্তের বিষ প্রবল হইতে পারে না। (২) উচ্ছে পাতার রস ৪ তোলা হরিদ্রা চূর্ণ ৷৷০ তোলা মিশাইয়া পান করিলেও এই অবস্থায় মলভেদ হইয়া বিশেষ উপকার হয়। এইরূপে ভেদ ও বমি হইয়া রোগের বিষ অনেক পরিমাণে বাহির হইয়া গেলে গুটিকাগুলিতে অধিক পূঁয হয় না এবং উহারা শীঘ্র শুকাইয়া যায়।

'অমৃতাদি ক্বাথ'—গুলঞ্চ, বাসকছাল, পল্‌তা, মুথা, ছাতিম,

ছাল, খদিরকাষ্ঠ, অনন্তমূল, নিমপাতা, হরিদ্রা ও দারুহরিদ্রা মিলিত দুই তোলা—পাচন পাক করিয়া পান করিলে পিত্তশ্লৈষ্মিক মসূরিকা, শীতপিত্ত ও জ্বর বিনষ্ট হয়।

'পটোলাদি ক্বাথ'—পল্‌তা, গুলঞ্চ, মুথা, বাসকছাল, দুরালভা, চিরতা, নিমছাল, কট্‌কী ও ক্ষেৎপাপড়া—মিলিত ২ তোলা, পাচন প্রস্তুত করিয়া পান করিলে অপক্ক মসূরিকা শীঘ্র পাকিয়া উঠে এবং পক্ক মসূরিকা শুষ্ক হইয়া যায়।

'খদিরাষ্টক ক্বাথ'—খদিরকাষ্ঠ, হরীতকী, আমলকী, বহেড়া, নিমছাল, পল্‌তা, গুলঞ্চ ও বাসকছাল—মিলিত ২ তোলা, ক্বাথ করিয়া পান করিলে হাম ও বসন্ত হইতে শীঘ্র আরোগ্য লাভ হয়।

বসন্ত রোগীকে উত্তম পরিষ্কার বিছানায় নিমপাতা ও হরিদ্রাচূর্ণ ছড়াইয়া তাহার উপর শয়ন করাইবে। নিম্বপত্রের গুচ্ছ দিয়াই গা চুলকাইতে দিবে। বিশুদ্ধ তিল বা নারিকেল তৈলে নিমপাতা ভাজিয়া সেই তৈল কিম্বা 'পঞ্চতিক্ত ঘৃত' গাত্রে মাখিতে দিবে। পথ্য—প্রথম ২।৪ দিন খৈএর মণ্ড, বার্লির জল এবং অবস্থানুসারে দুগ্ধ দিবে, পরে গুটিকাগুলি পাকিবার সময়ে গরম লুচি, মোহন ভোগ, পায়স প্রভৃতি নির্ভয়ে খাইতে দিবে। এই অবস্থায় রোগীকে উপবাস করাইলে বিশেষ অনিষ্ট হয়।

বসন্তরোগের চিকিৎসা এখনও দেশীয় শীতলা চিকিৎসকদের মধ্যে যেরূপ প্রচলিত আছে, তাহা ডাক্তারী চিকিৎসার অপেক্ষায় অনেক ভাল। বলা বাহুল্য, উক্ত চিকিৎসা একপ্রকার আয়ুর্ব্বেদীয় চিকিৎসা মাত্র।

বসন্ত প্রতিষেধ—বর্ত্তমান সময়ে বসন্তের টীকা লওয়াই প্রতিষেধের শ্রেষ্ঠ উপায়। ছোট করেলা পাতার রস ১ তোলা ও হরিদ্রা চূর্ণ ।০ আনা পরিমাণ প্রত্যহ প্রাতঃকালে সেবন করিলে বসন্ত হয় না—আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রে এইরূপ প্রতিষেধ ব্যবস্থা আছে। পূর্ব্বে (৯ পৃষ্ঠায়) প্রতিষেধ সম্বন্ধে আরও উপদেশ লেখা হইয়াছে।

২। লঘু মসূরিকা—বা পানবসন্ত (Chicken-pox)—এই রোগের জন্য সাধারণতঃ কোন ঔষধ সেবন অনাবশ্যক। ইহাতে দূরে দূরে অতি অল্প সংখ্যক ক্ষুদ্র গুটিকা শীঘ্রই বাহির হয় এবং ৩।৪ দিনে জ্বর ছাড়িয়া যায়। প্রায়ই ৭।৮ দিনে আরোগ্য হয় এবং গাত্রের দাগ স্থায়ী হয় না।

৩। রোমান্তিকা বা হাম (Measles)—ইহা শিশুদেরই অধিক হয়। খুব সর্দ্দি হইয়া ৩।৪ দিনের মধ্যেই মুখে ও গায়ে ঈষদুচ্চ, বিস্তৃত, তাম্রবর্ণ মেঘের ন্যায় নানাবিধ ছোট বড় দাগ বাহির হয়। এইরোগে কখন কখন নিউমোনিয়া পর্য্যন্ত হইয়া থাকে। কখন বা অতীসার হয়। এইরোগে অনেক সময়ে শিশুদের মৃত্যু ঘটিয়া থাকে। ইহার চিকিৎসা অবস্থাবিশেষে মসূরিকার কিম্বা বাতশ্লৈষ্মিক জ্বরের ন্যায়। শ্লেষ্মার দোষ বেশী থাকিলে দশমূল পাচনের সহিত পিপুল চূর্ণ দিয়া কিম্বা তৎসহ অর্দ্ধরতি বা সিকিরতি মকরধ্বজ এবং দুই রতি বিশুদ্ধ নিশাদল মিশাইয়া প্রত্যহ ৫।৭ বার খাওয়াইবে। প্রতিষেধের জন্য রোগীকে পৃথক্ রাখা আবশ্যক।

পুরাতন বা বিষম-জ্বর।

ম্যালেরিয়া।

তিন সপ্তাহের অধিক কাল জ্বর থাকিলেই আয়ুর্ব্বেদ মতে তাহার নাম পুরাতন জ্বর। চলিত কথায় অল্প অল্প ঘুষ্-ঘুষে জ্বরকে পুরাতন জ্বর বলে। পুরাতন জ্বরের মধ্যে ম্যালেরিয়াই প্রধান। 'কালাজ্বর,' ক্ষয়রোগের জ্বর প্রভৃতিকেও পুরাতন জ্বর বলা যায়। যে কোন সংক্রামক জ্বর হইতে আরোগ্য লাভের পরেও দুর্ব্বল অবস্থায় পুরাতন বা ঘুষ্ঘুষে জ্বর হইতে পারে।

যেখানে সঞ্চিত ও আবদ্ধ জলের মধ্যে শৈবাল, দাম, পানা প্রভৃতি পচিয়া জল ও বায়ু দূষিত হয়, ম্যালেরিয়া জ্বরের সেই খানেই সৃষ্টি। ম্যালেরিয়া জ্বর সাধারণতঃ প্রথমে নবজ্বরের ন্যায়ও সংক্রামক। পূর্ব্বেই বলা হইয়াছে, একজাতীয় মশক দ্বারা ইহা রুগ্নদেহ হইতে সুস্থদেহে সংক্রামিত হয়। ম্যালেরিয়া জ্বর সম্বন্ধে কয়েকটী প্রয়োজনীয় উপদেশ্ ও প্রতিষেধক উপায় পূর্ব্বে লিখিত হইয়াছে।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—ম্যালেরিয়া জ্বর প্রায়ই হঠাৎ তীব্র বেগে নবজ্বরের ন্যায় আক্রমণ করে, পরে অধিকাংশ স্থলেই কয়েক ঘণ্টা পরে ছাড়িয়া গিয়া একদিন বা দুই দিন অন্তর এবং কখন কখন প্রত্যহ হইতে থাকে। প্রায়ই জ্বর আসিবার পূর্ব্বে মাথা ধরে ও শীত করে, অনেক স্থলেই কম্প হয় এবং জ্বর কালে অত্যন্ত দাহ, পিপাসা ও অস্থিরতা হয়। জ্বরত্যাগের ঠিক

পূর্ব্বে অত্যন্ত গা বমি করে বা পিত্ত বমন হয়। সাধারণতঃ জ্বর ছাড়িবার সময় প্রচুর ঘর্ম্ম হয়। কখন কখন ম্যালেরিয়া জ্বর অত্যন্ত প্রবল হইয়া সান্নিপাতিক আকার ধারণ করে, কিন্তু উপযুক্ত চিকিৎসা হইলে প্রায়ই ২।৪ দিনের মধ্যে ঘাম দিয়া জ্বর ছাড়িয়া যায়।

ম্যালেরিয়া জ্বরের বিষ অত্যন্ত প্রবল এবং প্রথম হইতে বদ্ধমূল হইলে সময়ে সময়ে দুই বা তিন সপ্তাহ পর্য্যন্ত একাদিক্রমে জ্বর চলিতে থাকে—উহার নাম সন্তত জ্বর বা ইংরাজী মতে "রেমিটেণ্ট ফিভার" (Malarial Remittent Fever)। ইহা অনেক সময়ে মারাত্মক হয়। যথাযথ চিকিৎসা হইলে এবং বৃথা উপবাস না দিলে এইরূপ জ্বরে অনেক স্থলে সহজেই প্রাণ-রক্ষা হইতে পারে।

ম্যালেরিয়া জ্বর পুরাতন ও দীর্ঘস্থায়ী হইলে প্লীহা ও যকৃ-তের বৃদ্ধি ঘটে এবং শরীর কৃশ ও পাণ্ডুবর্ণ হইয়া যায়। ম্যালেরিয়ার বিষ শরীরে একবার প্রবেশ করিলে মধ্যে মধ্যে জ্বর হইতে থাকে। ইহা রোগের ধর্ম্ম, চিকিৎসকের দোষ নহে।

সাধারণ ব্যবস্থা—ম্যালেরিয়া জ্বরে ২।১ দিনের অধিক উপবাস সম্পূর্ণ নিষিদ্ধ। রোগীর অজীর্ণ এবং আহারে অনিচ্ছা থাকিলে একদিন বা দুই দিন পর্য্যন্ত উপবাস দেওয়া যাইতে পারে। কিন্তু এই রোগে শোণিতের স্বাভাবিক রক্তকণিকাগুলি ম্যালেরিয়া-জীবাণু কর্ত্তৃক দ্রুতভাবে ভক্ষিত হইতে থাকে, এজন্য এই রোগে অধিক উপবাসের ফল প্রায়ই বিষময় হইয়া থাকে। জিহ্বা অপরিষ্কার থাকিলে মৃদু জোলাপ দিবে (সাধারণ নব-

জ্বরের চিকিৎসা দেখ) এবং জ্বর ত্যাগের পর জল-সাগু, জল-বার্লি, খৈএর মণ্ড প্রভৃতি খাইতে দিবে। যকৃতে বেদনা থাকিলেও এইরূপ ব্যবস্থা। জিহ্বা পরিষ্কার থাকিলে কিম্বা রোগী দুর্ব্বল বোধ হইলে 'পিপ্পলী-সিদ্ধ' দুগ্ধ অবশ্য দিবে। অবস্থাবিশেষে দুগ্ধ বা দুগ্ধসাগু প্রত্যহ ৪।৫ বারে মোট আধসের বা তিন পোয়া পর্য্যন্ত দেওয়া যাইতে পারে। ২।৪ দিন পরে জ্বরের উপশম হইলে সুজীর রুটী বা ভাত নির্ভয়ে দেওয়া যায়।

বাঙ্গালা দেশের চাষারা প্রায়ই ম্যালেরিয়া জ্বরে পীড়িত হয়। জ্বর ছাড়িয়া গেলে তাহারা বেশ ভাত খায়,—কখনও উপবাস করে না। বোধ হয়, সেই জন্যই ম্যালেরিয়া তাহাদিগকে ততদূর চাপিয়া ধরিতে পারে না। পক্ষান্তরে, ম্যালেরিয়া জ্বরে অধিক উপবাসের ফলে ভদ্রলোকের মধ্যে অনেকেরই প্রাণ নষ্ট হইতে দেখা যায়।

প্রথম প্রথম ম্যালেরিয়া জ্বর হইতে সহজেই আরোগ্য লাভ করা যায়—কিন্তু রোগ নির্ম্মূল করা কঠিন। এজন্য জ্বর বন্ধ হওয়ার পরেও অন্ততঃ দুই মাস বা স্থলবিশেষে তিন মাস পর্য্যন্ত উপযুক্ত ঔষধ সেবন করা আবশ্যক। পুরাতন ম্যালেরিয়া জ্বর নির্ম্মূল করিবার জন্য কবিরাজী ঔষধই প্রশস্ত, ইহা এখন অনেকেই বুঝিতেছেন।

আয়ুর্ব্বেদে নিমছাল, নাটাকরঞ্জ, নিষিন্দাপাতা, ছাতিমছাল প্রভৃতি কয়েকটী তিক্ত জ্বরঘ্ন ঔষধ আছে। কয়েকটী শাস্ত্রীয় ধাতু-ঘটিত ঔষধেও বেশ ফল পাওয়া যায়। নূতন ও পুরাতন ম্যালেরিয়া জ্বরে আমাদের "অমৃতারিষ্ট" ও "করঞ্জাদি বটী,"

এবং শাস্ত্রোক্ত "সুদর্শন চূর্ণ," "জয়মঙ্গল" প্রভৃতি ঔষধ মহোপকারী। ম্যালেরিয়া-বিষ শরীর হইতে নির্ম্মূল করিতে অমৃতারিষ্টের অমোঘ শক্তি।

কুইনাইন সম্বন্ধে আমাদের দেশে অনেক লোকের দারুণ কুসংস্কার আছে, বোধ হয় কুইনাইনের অযথা প্রয়োগই তাহার কারণ। যকৃতের বিশেষ দোষ না থাকিলে জ্বর ত্যাগের পর, অবস্থা-বিশেষে জ্বর থাকিতেও, কুইনাইন সেবন করায় দোষ নাই—ইহা বাস্তবিকই নূতন ম্যালেরিয়া জ্বরের মহৌষধ। সাধারণতঃ ২।৩দিন পর্য্যন্ত ৫ গ্রেণ হিসাবে প্রত্যহ দুই বার বা তিনবার কুইনাইন খাই-লেই জ্বর বন্ধ হয়, অতিরিক্ত মাত্রায় অর্থাৎ প্রত্যহ ৩০।৪০ গ্রেণ খাওয়া অনাবশ্যক ও হানিকর। জ্বর বন্ধ হওয়ার পর ১০।১৫ দিন প্রত্যহ ৫।৭ গ্রেণ হিসাবে এবং পরে এক মাসকাল সপ্তাহে এক দিন বা দুই দিন ১০ গ্রেণ মাত্রায় ইহা খাওয়া উচিত। কুইনাইনে জ্বর আটকাইয়া যায়—ইহা সাধারণের ভ্রান্ত বিশ্বাস। নিয়মিতভাবে সুদীর্ঘ কাল জ্বরঘ্ন ঔষধ সেবন না করিলে ম্যালেরিয়া জ্বর পুনঃ পুনঃ আক্রমণ করে—ইহা উক্ত জ্বরের নিয়ম, কুইনাইনের দোষ নহে। কুইনাইন অতিরিক্ত পরিমাণে বা অসময়ে খাইলে হানি হয় সন্দেহ নাই, কিন্তু প্রয়োজন হইলে জ্বর বন্ধ করিবার জন্য কুইনাইন খাইতে আপত্তি করা নির্ব্বোধের কার্য্য।

কুইনাইন প্রয়োগ করিতে হইলে কুইনাইন সল্‌ফেট্ (সাধারণ কুইনাইন) না দিয়া কুইনাইন হাইড্রোক্লোরাইড প্রয়োগ করা সমধিক সুবিধাজনক। এই প্রকারের কুইনাইন

অল্প মাত্রায় অধিক ফলপ্রদ ও শীতবীর্য্য—ইহাতে মাথা ঘোরা, কান ভোঁ ভোঁ করা প্রভৃতি উপদ্রব প্রায় শীঘ্র জন্মে না। কোন প্রকার এসিড না মিশাইয়াও উহা প্রয়োগ করা চলে, তবে ৫।১০ ফোঁটা নাইট্রোমিউরিয়াটিক এসিড ও অল্প জল মিশাইয়া প্রয়োগ করিলে অতি সত্বর ফল হয় এবং যকৃতের সম্বন্ধেও উপকার হয়। বড়ী করিয়া প্রয়োগ করিলেও উহা পেটে গিয়া সহজে দ্রবীভূত হয়।

মুষ্টিযোগের ঔষধাদি।—১। জ্বর আসিবার ৪।৫ ঘণ্টা পূর্ব্বে নিষিন্দার পাতা ॥০ তোলা হাতে গুঁড়াইয়া সূক্ষ্ম বস্ত্রের মধ্যে পুঁটুলী করিয়া সর্ব্বদা আঘ্রাণ লইবে এবং পুঁটলিটী নাসিকার নিকট ধরিয়া ২।৪ ফোঁটা রস মধ্যে মধ্যে নস্যের মত আকর্ষণ করিবে। এই মুষ্টিযোগটী আশ্চর্য্য ফলপ্রদ। ইহার উপকারিতা অনেক সময়ে কুইনাইনের তুল্য।

২। বকপুষ্প-বৃক্ষের পাতার রস ৩।৪ ফোঁটা ২।৩ বার নস্য লইলেও তৃতীয়ক ও চাতুর্থক পালাজ্বরের আক্রমণ বন্ধ হয়।

৩। বাসাদি পাচন।—বাসকছাল, আমলা, শালপানি, দেবদারু, হরীতকী, শুঁঠ মিলিত ২ তোলা। পাচন পাক করিয়া অর্দ্ধ ছটাক মাত্রায় জ্বর আসিবার ১২ ঘণ্টা পূর্ব্ব হইতে ২।৩ ঘণ্টা অন্তর সেব্য। ইহা পালাজ্বরের মহৌষধ। ইহা দ্বারা প্রথম বারেই পালা বন্ধ না হইলেও ২।৩ বারে পালাজ্বর বন্ধ হইয়া থাকে। (আয়ুর্ব্বেদীয় সকল জ্বরঘ্ন ঔষধ সম্বন্ধেই সাধারণ ভাবে এই কথা বলা যাইতে পারে।)

৪। মহৌষধাদি পাচন—শুঁঠ, নিম-গুলঞ্চ, মুথা, রক্ত-চন্দন, বেণার মূল, ধনে, শুঁঠ—মিলিত ২ তোলা। পাচন প্রস্তুত করিয়া শীতল হইলে মধু ॥০ আনা ও চিনি ॥০ আনা মিশাইয়া খাওয়াইবে। এইরূপ প্রত্যহ ২।৩ বার সেব্য। ইহা পালাজ্বরে উপকারী।

৫। নিম-গুলঞ্চ ১ তোলা, ক্ষেৎপাপড়া ১ তোলা, আদা অর্দ্ধ তোলা, শিউলিপাতা ৫টী ও নিষিন্দাপাতা ৫টী একত্র ছেঁচিয়া রস বাহির করিয়া মধুসহ প্রাতঃকালে পান করিলে যকৃৎ-সংযুক্ত পুরাতন জ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

৬। ভার্গ্যাদি পাচন—বামনহাটী, মুথা, ক্ষেৎপাপ্ড়া, কুড়, শুঁঠ, হরীতকী, ছোট-পিপুল, এবং দশমূল (অর্থাৎ বেল, শ্যোনা, গাম্ভারি, পারুল, গনিয়ারী, শালপানি, চাকুলে, কণ্টিকারী, ব্যাকুড় ও গোক্ষুর—এই দশটীর মূল বা ছাল) এই সমস্ত দ্রব্যের পাচন প্রস্তুত করিয়া যথারীতি খাওয়াইলে পুরাতন ম্যালেরিয়া জ্বরে অসাধারণ উপকার হয়। সংখ্যায় অধিক হইলেও দ্রব্যগুলি যে কোন বিশ্বস্ত পাচনের দোকানে সুলভে পাওয়া যায়।

৭। নাটাকরঞ্জের বীজের শাঁস অর্দ্ধ তোলা, ।০ আনা পরিমাণ গোলমরিচ ও ।০ আনা পরিমাণ নিষিন্দাপাতার সহিত উত্তমরূপে খলে বা শিলায় মাড়িয়া ৮।১০টী বটী করিবে। জ্বর আসিবার ৮।১০ ঘণ্টা পূর্ব্ব হইতে এই বটী ঘণ্টায় একটী করিয়া জলসহ গিলিয়া খাইতে দিবে। বালকের জন্য ৪।৫টী বটী সেবনই যথেষ্ট—পূর্ণবয়স্কের জন্য ৮টী বা ১০টী বটী খাওয়া

আবশ্যক। এই ঔষধে প্রায় কুইনাইনের সমান ফল হয়। কিন্তু অতীসার থাকিলে এই ঔষধ দেওয়া নিষিদ্ধ।

৮। যকৃতে বেদনা থাকিলে—(ক) সরিষার খোল গোমূত্রে বা জলে বাঁটিয়া অগ্নির উপর ফুটাইয়া পাতলা কাপড়ের থলির মধ্যে পুরিয়া রোগী যতদূর সহ্য করিতে পারে ততদূর গরম স্বেদ প্রত্যহ ২।৩ বার যকৃতের উপর দিবে। উদরের সমস্ত দক্ষিণ পার্শ্ব জুড়িয়া যকৃতের স্থানে প্রায় প্রতিবারে অর্দ্ধ ঘণ্টা পর্য্যন্ত বা অধিকক্ষণ এইরূপ স্বেদ দেওয়া আবশ্যক। এই উপায়ে যকৃতের দোষ সত্বর নিবারিত হয়। বালকের জন্য কেবল গো-মূত্রের স্বেদ দিলেও বিশেষ উপকার হয়। (খ) নিষাদল ৫ রতি ও পিপুল চূর্ণ ৫ রতি কুলেখাড়ার রস ও মধুসহ প্রত্যহ ২।৩ বার সেবন করাইলেও যকৃৎ সম্বন্ধে বিশেষ উপকার হয়। (গ) নীরোগ বাছুরের চোনা অর্দ্ধছটাক মাত্রায় প্রত্যহ দুইবার পান করিলেও যকৃতের দোষ নিবারিত হয়।

প্লীহার দোষ থাকিলে—প্লীহার উপরেও পূর্ব্ববৎ স্বেদ দেওয়া যাইতে পারে। খাইবার ঔষধ—(১) যবক্ষার ৩ রতি ও পিপুল চূর্ণ ৩ রতি অর্দ্ধ তোলা পুরাতন গুড়ের সহিত প্রত্যহ দুইবার দিবে। (২) পুরাতন ছোট পিপুল প্রথম দিনে ২টী দ্বিতীয় দিনে ৩টী, ৩য় দিনে ৪টী—এইরূপে ক্রমে প্রত্যহ ১০টী পর্য্যন্ত নিম্নলিখিত নিয়মে সেবন করাইলে পুরাতন জ্বর ও প্লীহা রোগে বিশেষ উপকার হয়।

রোগী সবল হইলে পিপুল গুলি জলে ধুইয়া প্রত্যহ পূর্ব্ব-নির্দ্দিষ্ট সংখ্যায় দুগ্ধে বা জলে বাঁটিয়া খাওয়াইবে। রোগী বালক

বা অধিক দুর্ব্বল হইলে পিপুল গুলির ক্বাথ করিয়া খাওয়াইবে কিম্বা রাত্রিতে জলে ভিজাইয়া সকালে উহার জল মাত্র চিনিসহ খাওয়াইবে।

(৩) যকৃৎ, প্লীহা, অরুচি ও অক্ষুধার জন্য নিম্নলিখিত মুষ্টি-যোগটী বিশেষ উপকারী। এক ছটাক আদা ও সিকি ছটাক বিট্‌লবণ (কালনুন) উত্তমরূপে শিলে বাঁটিয়া একটী পাথরের বা কাচের পাত্রে রাখিবে। পরে উহাতে আয়ুর্ব্বেদোক্ত "মহাদ্রাবক" ৬০ বিন্দু, অভাবে তীব্র যবক্ষার-দ্রাবক (Strong Nitric Acid) ৩০ ফোঁটা ও তীব্র লবণ দ্রাবক (Strong Hydrochloric Acid) ৩০ ফোঁটা ঢালিয়া কোন কাঠের দণ্ড বা সরু কাটিদ্বারা নাড়িয়া মিশাইবে। এই ঔষধ বা চাট্‌নি খাইতে একটু উগ্রাস্বাদ হইলেও মুখরোচক, ক্ষুধাবৃদ্ধিকর এবং যকৃৎ-প্লীহার দোষ নিবারক। প্রত্যহ আহারের ১ ঘণ্টা পরে ৵০ আনা হইতে ।০ চারি আনা মাত্রায় ইহা খাইয়া অল্প জল পান করিবে। ঔষধটী খাইবার সময় যতদূর সম্ভব দাঁতে না লাগাইয়া খাইবে।

ম্যালেরিয়া-ভিন্ন অপর পুরাতন জ্বর।

সাধারণ ব্যবস্থা—পূর্ব্বে বলা হইয়াছে, পুরাতন জ্বরের মধ্যে ম্যালেরিয়াই প্রধান, কিন্তু ম্যালেরিয়া ব্যতীত আরও নানাপ্রকার পুরাতন জ্বর আছে। সাধারণতঃ শরীরের দুর্ব্বলতা, শোণিত-বিকৃতি বা রক্ত-হীনতা, মেহের দোষ, কফাধিক্য, পিত্ত-

বিকার এবং শরীরের মধ্যে প্রচ্ছন্ন অপরাপর রোগ হইতে এই সকল পুরাতন জ্বরের সৃষ্টি হয়। অমাবস্যা পূর্ণিমা বা একাদশীর সময় শীত করিয়া কাঁপিয়া একপ্রকার জ্বর আসে, তাহাকে শ্লৈপদিক জ্বর বা "সাঁজর জ্বর" বলে। ইহার সহিত হাতে পায়ে বা অণ্ডকোষে ফুলা ও টাটানি হয়। যক্ষ্মা প্রভৃতি কয়েকটী দারুণ রোগের লক্ষণরূপেও পুরাতন জ্বর প্রায়ই দেখা যায়। জ্বর কেন হইতেছে বুঝা না যাইলে, অথবা কাসি, পেটের অসুখ প্রভৃতি বর্ত্তমান থাকিলে, সকল স্থলেই সুচিকিৎসকের সাহায্য লওয়া অবশ্য কর্ত্তব্য। নিম্নলিখিত মুষ্টিযোগগুলি সাধারণতঃ সকল পুরাতন জ্বরে ব্যবহার্য্য, ম্যালেরিয়াতেও ফলপ্রদ।

পুরাতন জ্বরে শরীর ক্রমে ক্রমে ক্ষীণ হইতে থাকে, এজন্য অগ্নিমান্দ্য ও অরুচি সত্ত্বেও পুরাতন জ্বরে উপবাস দিতে নাই। সাগু বা বালি মিশাইয়া দুগ্ধ প্রচুর পরিমাণে দিবে। এই অবস্থায় দুগ্ধ অমৃতসদৃশ। যকৃতের দোষ থাকিলে পূর্ব্ব লিখিত ব্যবস্থা মত "পিপ্পলী-সিদ্ধ" দুগ্ধ দিবে। এতদ্ভিন্ন সূজির রুটী বা পাঁউরুটী, মুগের ডা'লের যূষ, ছোট মাছের ঝোল বা মাংস-যূষও দেওয়া আবশ্যক। অবস্থা-বিশেষে পোরের ভাত, হাঁসের ডিম প্রভৃতিও দেওয়া যাইতে পারে।

ঔষধাদি—১। নিদিগ্ধিকাদি পাচন—কণ্টকারী, শুঁঠ, গুলঞ্চ মিলিত ২ তোলা জল /৷৷০ সের শেষ /৵০ পোয়া—পাচন প্রস্তুত করিয়া প্রত্যহ দুই তিন বার দিবে। জীর্ণ জ্বরের সহিত কাস, অরুচি ও অগ্নিমান্দ্য থাকিলে ইহা ব্যবস্থেয়।

২। নিম-গুলঞ্চ, ক্ষেৎপাপ্‌ড়া, থানকুনি, হেলেঞ্চা, পল্‌তা

প্রত্যেক ॥০ তোলা—কলাপাতে মুড়িয়া কাপড়ে জড়াইয়া উপরে পাতলা কাদার লেপ দিবে এবং অগ্নিতে উত্তমরূপে সেঁকিয়া লইবে। পরে কাপড় মাটী ও কলাপাতা ফেলিয়া দ্রব্যগুলির রস বাহির করিয়া প্রত্যহ প্রাতঃকালে মধুসহ খাইতে দিবে,—ইহাতে দারুণ বাত-পৈত্তিক পুরাতন জ্বর সহজেই প্রশমিত হয়।

৩। দাস্ত পরিষ্কার না থাকিলে বা যকৃতের দোষ থাকিলে,—নিম-গুলঞ্চ একতোলা, ক্ষেৎপাপ্ড়া একতোলা, আদা অর্দ্ধতোলা ও শিউলি পাতা ছয়টী—এই সমস্ত দ্রব্য অল্প ছেঁচিয়া কলাপাতে মুড়িয়া কাপড়ে জড়াইয়া মাটীর লেপ দিয়া অগ্নিতে উত্তমরূপে সেঁকিয়া লইবে (কিন্তু ভিতরে পুড়িয়া না যায় সেদিকে লক্ষ্য রাখিবে)। পরে কলাপাত, কাপড় ও মাটি ফেলিয়া ঔষধগুলি রাত্রিতে শিশিরে রাখিয়া দিবে, প্রাতঃকালে উহাদের রস বাহির করিয়া অর্দ্ধতোলা মধুসহ খাওয়াইবে। সময়ে সময়ে কঠিন জীর্ণ জ্বরও এই মুষ্টিযোগ দ্বারা সহজে প্রশমিত হয়।

৪। পটোলাদি পাচন—পল্‌তা, নিমছাল, কিস্‌মিস্, শ্যামালতা, হরীতকী, আমলা, বহেড়া, বাসকছাল—মিলিত দুই তোলা পাচন পাক করিয়া প্রত্যহ দুইবার খাওয়াইবে। পিত্ত-শ্লেষ্মার দোষ অধিক থাকিলে এই পাচন মহোপকারী। ইহাতে দাস্ত পরিষ্কার ও ক্ষুধা বৃদ্ধি হয়।

৫। ভার্গ্যাদি পাচন—বামনহাটী, মুথা, ক্ষেৎপাপ্ড়া, কুড়, শুঁঠ, হরীতকী, ছোট-পিপুল, বেলছাল, শ্যোনাছাল, পারুলছাল, গামারছাল, গনিয়ারি, শালপানি, চাকুলে, বৃহতী, কণ্টিকারী, গোক্ষুর—ইহাদের পূর্ব্ববৎ ক্বাথ প্রস্তুত করিয়া প্রত্যহ একবার

বা দুইবার খাওয়াইলে জীর্ণজ্বর নষ্ট হয়। এই পাচনে ক্ষুধা-বৃদ্ধি, কফনাশ এবং বায়ুর সরলতা হয়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—সাধারণ চিকিৎসায় পুরাতন জ্বর নিবৃত্ত না হইলে আয়ুর্ব্বেদোক্ত "জয়মঙ্গল রস", "পুটপাকের বিষম-জ্বরান্তক লৌহ", "বসন্তমালতী", "সুদর্শন চূর্ণ" প্রভৃতি ঔষধ সেবনীয়। উক্ত সমস্ত ঔষধই পুরাতন জ্বরে বিশেষ ফলপ্রদ।

অতীসার বা উদরাময়

(Diarrhœa)

যে কোন কারণে বার বার তরল মল নির্গত হইলে তাহাকে অতীসার বলে। অতীসার দুই প্রকার,—সাম ও নিরাম। অজীর্ণ জন্য অপরিপক্ক মল নির্গত হইলে তাহাকে সাম অতীসার এবং কেবল জলের ন্যায় তরল ভেদ হইলে তাহাকে নিরাম অতীসার বলে। সাধারণতঃ সকল অতীসারই প্রথমাবস্থায় 'সাম' এবং শেষ অবস্থায় 'নিরাম' হয়।

কলেরা বা ওলাউঠাও এক জাতীয় অতীসার সন্দেহ নাই, কিন্তু এক প্রকার সংক্রামক জীবাণু উদরস্থ হইয়া উহা উৎপন্ন হয়। উহার চিকিৎসা পরে পৃথক্‌ভাবে লিখিত হইবে। রক্তাতীসার এবং প্রবাহিকার (আমাশয়ের) চিকিৎসা প্রবাহিকা-অধিকারে দ্রষ্টব্য।

সাধারণ ব্যবস্থা—অতীসারের সাম অবস্থায় উপবাস কিম্বা অতি লঘু পথ্য—যথা জল-এরারুট, জল বার্লি প্রভৃতি দিবে। রোগী বলবান্ থাকিলে একদিন বা দুইদিন উপবাস দেওয়াই ভাল। নিরাম অবস্থায় উপবাস দিবে না। তখন ভাতের বা খৈএর মণ্ড, ছাগ দুগ্ধ, এরারুট প্রভৃতি ৪।৬ ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইয়া রোগীর বলরক্ষা করিবে। নিরাম অবস্থায় জলের ন্যায় তরল ভেদ হইলে ও পিপাসা থাকিলে প্রচুর পরিমাণে জলপান করিতে দিবে, নচেৎ রোগী অত্যন্ত দুর্ব্বল হইয়া পড়ে। নিরাম অবস্থায় ছাগ-দুগ্ধ—অভাবে গো-দুগ্ধ—একপোয়া ও জল এক পোয়া, একতোলা মুথা কিম্বা বেলশুঁঠের সহিত সিদ্ধ করিয়া দুগ্ধশেষ থাকিতে নামাইয়া ২।৩ বারে খাওয়াইবে। অতীসারে দুগ্ধের সহিত এরারুটের বা বার্লির জল মিশাইয়া খাওয়ান কর্ত্তব্য (পথ্য প্রস্তুত বিধি দেখ)। অতীসার প্রশমিত হইলে পুরাতন চালের ভাত, কাঁচ-কলা, ডুমুর, মোচা, কচি পেঁপে প্রভৃতির তরকারী, ক্ষুদ্র-মৎস্যের ঝোল ও টাটকা দধির ঘোল পথ্য দিবে। দুগ্ধ কয়েক দিন বিলম্বে দেওয়াই ভাল।

ঔষধ সম্বন্ধে প্রধান নিয়ম এই যে সাম অবস্থায় ধারক ঔষধ না দিয়া পাচক ঔষধ দিবে। নিরাম অবস্থায় ধারক ঔষধ দেওয়া কর্ত্তব্য। সাম অবস্থায় ধারক ঔষধ প্রয়োগ করিলে অপরিপক্ক মল সঞ্চিত থাকিয়া যায় এবং অকালে দাস্ত বন্ধ হওয়াতে জ্বর, পেটফাঁপা, পেটকামড়ানি প্রভৃতি উপদ্রব জন্মে।

ঔষধাদি—'সাম' অবস্থায় পাচক ঔষধ।—

১। অল্প অল্প বদ্ধমল নির্গত হইতে থাকিলে এবং পেটে

কামড়ানি থাকিলে হরীতকী একতোলা এবং পিপুল অর্দ্ধতোলা বাঁটিয়া এক ছটাক উষ্ণ জলে গুলিয়া সেবন করাইবে। ইহাতে আমের পরিপাক হয় এবং দুই একবার দাস্ত হইয়া পেটের দোষ নিবারিত হয়।

২। ধান্য-পঞ্চক পাচন—ধনে, শুঁঠ, মুথা, বালা, বেলশুঁঠ—মিলিত ২ তোলা—পাচন প্রস্তুত করিয়া ঈষদুষ্ণ থাকিতে খাওয়াইবে। ইহাতে আমের পরিপাক হয়।

৩। পিপুল, পিপুল মূল, গজ-পিপ্পলী, চিতামূল, শুঠ, আতইচ, হরীতকী ও সচল লবণ—সর্ব্ব-সমেত দুই তোলা—পাচন পাক করিয়া দুই রতি পরিমাণ ভাজা হিং সহ পান করিলে ২।১ বার দাস্ত হইয়া পেটের আম দোষ ও কামড়ানি নিবৃত্ত হয়।

৪। শাস্ত্রোক্ত "সিদ্ধ প্রাণেশ্বর" (চক্রিকা) ২।৩ ঘণ্টা অন্তর জলসহ খাওয়াইলেও সাম অবস্থায় বিশেষ উপকার হয়। ইহা উত্তম পাচক ঔষধ।

'নিরাম' অবস্থায় ধারক ঔষধ—১। কঞ্চটাদি পাচন,—কাঁচড়াপত্র, দাড়িমপত্র, জামপত্র, পানিফল পত্র, বালা, মুথা, শুঁঠ—মিলিত দুই তোলা—পাচন পাক করিয়া ৪।৬ ঘণ্টা অন্তর দিবে। এই পাচনে অতীসারের প্রবল বেগ সত্বর নিবারিত হয়।

৫। কুটজাদি পাচন—ইন্দ্রযব, দাড়িমের খোসা, মুথা, ধাইফুল, বেলশুঁঠ, বালা, লোধ, রক্ত-চন্দন, আকনাদি—মিলিত দুইতোলা,—পাচন পাক করিয়া ৬ ঘণ্টা বা ৮ ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইবে। এই পাচন সেবনে আমদোষ, পেটকামড়ানি এবং রক্তাতীসার নিবারিত হয়। ইহা উত্তম দৃষ্টফল ঔষধ।

৬। বেলশুঁঠ, মুথা, ধাইফুল, আকনাদি, শুঁঠ ও মোচরস—ইহাদের পাচন প্রস্তুত করিয়া অর্দ্ধতোলা চিনি বা মধুসহ ৬ ঘণ্টা অন্তর পান করিলে দুর্জ্জয় অতীসারও নিবৃত্ত হয়।

৭। কাঁচা আমলকী, অভাবে শুষ্ক আমলা, কিছুক্ষণ জলে ভিজাইয়া ঘন করিয়া বাঁটিয়া নাভির চারি পার্শ্বে এক অঙ্গুলি মোটা করিয়া লেপ দিবে,—মধ্যে নাভিস্থল খালি রাখিবে। পরে আদার রস গরম করিয়া নাভিস্থানে পূরণ করিবে। আদার রস শীতল হইলে শুষ্ক বস্ত্র দ্বারা উহা শুষিয়া লইয়া পুনরায় ঐরূপ উষ্ণ আদার রস পূরণ করিবে। এইরূপ ক্রিয়া অর্দ্ধ ঘণ্টা কাল করিয়া লেপ তুলিয়া ফেলিবে এবং শুষ্ক বস্ত্র দ্বারা পেট মুছিয়া ফেলিবে। এই মুষ্টিযোগটী শুনিতে সামান্য হইলেও প্রায়ই আশ্চর্য্য ফলপ্রদ।

৮। কাঁচা বেল-পোড়া অর্দ্ধ তোলা প্রত্যহ ২।৩ বার মিছরীসহ সেবন করিলেও অতীসারে বিশেষ উপকার হয়।

৯। একটা জায়ফলের মুখ ছুরি দিয়া ঈষৎ কুরিয়া একটী ক্ষুদ্র গর্ত্ত করিবে এবং তন্মধ্যে ৪ রতি পরিমাণ আফিং টিপিয়া দিবে, পরে একটী ঠোঁটে-কলা বা কাঁচ-কলার মধ্যস্থানে একটী চতুষ্কোণ গর্ত্ত করিয়া তাহার ভিতর ঐ জায়ফলটী পূরিবে এবং কাঁচকলার বাকি টুকরা দিয়া ঐ ছিদ্র বন্ধ করিবে। পরে কাদা-মাখা কাপড় জড়াইয়া কাঁচকলাটী উত্তমরূপে ঘুঁটের আগুনে সেঁকিয়া লইবে। উপরের মাটী ঈষৎ লাল হইলেই উহা বাহির করিয়া কাপড় মাটী এবং কাঁচকলার খোসা বাদ দিয়া অবশিষ্ট অংশ খলে মাড়িয়া লইয়া ১০।১২টী বটী করিবে। দাস্ত বন্ধ

করিবার জন্য এই বটী ২।৩ ঘণ্টা অন্তর এক একটী খাইতে দিলে অসাধারণ উপকার হয়। দাস্ত বন্ধ হইলে এই ঔষধ আর দিবে না। কিন্তু এই ঔষধ এবং অন্যান্য আফিং ঘটিত ঔষধ শিশুকে খাওয়ান নিষিদ্ধ।

প্রবাহিকা ও রক্ত-প্রবাহিকা

("রক্তামাশয়".—**Dysentery**)

আয়ুর্ব্বেদ মতে প্রবাহিকা স্বতন্ত্র রোগ নহে, অতীসারেরই প্রকার ভেদ মাত্র। সাধারণতঃ তলপেটে মোচড়ানির ন্যায় বেদনা হইয়া বারংবার সাদা বা গোলাপী বর্ণ আমযুক্ত দাস্ত হওয়াকে "প্রবাহিকা" বলে। এইরোগে মলত্যাগ কালে প্রবাহণ বা কুন্থন করিতে হয় বলিয়া ইহার নাম প্রবাহিকা। প্রবাহিকার চলিত নাম "আমাশয়"বা"আমাশা"। আমের সহিত রক্ত দেখা যাইলে ইহাকেই "রক্তপ্রবাহিকা" বা চলিত কথায় "রক্তামাশয়" বলে। প্রবাহণ ব্যতীত কেবল রক্তভেদ হইলে তাহার নাম "রক্তাতীসার"।

"রক্তামাশয়" ও রক্তাতীসার রোগ গুহ্য-দ্বারের উপরিভাগস্থ স্থূলান্ত্রের মধ্যে একাধিক ক্ষত হয়, এজন্য এই রোগে আমের সহিত রক্ত ও পূঁয দেখা যায়।

সাধারণ ব্যবস্থা—কোন কোন রোগীর কয়েক দিন পর্য্যন্ত কোষ্ঠবদ্ধতা হইয়া পরে আমাশয় হয়, আর কাহারও বা প্রথমে

সাধারণ অতীসারের ন্যায় কয়েক বার ভেদ হইয়া পরে কেবল আম পড়িতে থাকে। সাধারণতঃ ২।৪ বার আমযুক্ত দাস্ত হইবার পরে প্রায়ই আমের সহিত রক্ত দেখা যায় এবং অল্প অল্প আম ও রক্ত মিশ্রিত দাস্ত ক্ষণে ক্ষণে হইতে থাকে।

প্রবাহিকা রোগে একদিন বা দুই দিনের অধিক উপবাস দিবে না। জিহ্বা পরিষ্কার থাকিলে প্রথম হইতেই এরারুট, ছাগ-দুগ্ধ, ভাতের মণ্ড, কচি বেল-পোড়া প্রভৃতি পথ্য দেওয়া যায়। এই রোগে বলরক্ষার জন্য সুপথ্য তরল খাদ্য অল্প পরিমাণে বার বার দেওয়া বিশেষ আবশ্যক।

চিকিৎসা—যদি পূর্ব্বে অত্যন্ত কোষ্ঠবদ্ধতা হইয়া পরে আমাশয় হইয়া থাকে অথবা মল পরীক্ষা করিয়া দেখিলে যদি আমের সহিত ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কঠিন গুট্‌লে দেখা যায়, তাহা হইলে সেরূপ রোগীকে প্রথমেই দুই তোলা পরিমাণ, বিশুদ্ধ এরণ্ডতৈল রেড়ির তৈল) গরম দুগ্ধ সহ খাওয়াইবে। ইহাতে সঞ্চিত কঠিন মল বহির্গত হইয়া যায়। অনেকস্থলে অতিসারে লিখিত হরীতকী ও পিপুল একত্র বাঁটিয়া খাইতে দিয়া কোষ্ঠ শুদ্ধি হইবার পরে সামান্য ধারক ঔষধ দিলেই আরোগ্য হয়।

রক্তামাশয় রোগের আরম্ভে নিম্নলিখিত ডাক্তারী মুষ্টিযোগ-টীতেও বিশেষ উপকার হয়।

ম্যাগ্নেসিয়ম্ সল্‌ফেট্ (চলিত কথায়, ম্যাগ্-সল্‌ফ্ বা সল্ট) নামক ঔষধটী সকল ডাক্তার খানাতেই পাওয়া যায়। ইহা মূল্যে অতি সুলভ—/০ বা ৵০ আনায় অর্দ্ধসের। এই ঔষধ।০ চারি আনা মাত্রায় ৪ ঘণ্টা অন্তর এক ছটাক মৌরীর আরক বা মৌরী-

ভিজা জলের সহিত গুলিয়া ৪ বার কিম্বা ৬ বার পর্য্যন্ত খাওয়াইবে। এই ঔষধে কয়েকবার জলের ন্যায় দাস্ত হইলে রোগী প্রায় আরোগ্য হইল বুঝিবে। পরে ধারক ঔষধ দিবে।

পেটে সঞ্চিত মল না থাকিলে নিম্নলিখিত মুষ্টিযোগ সকল প্রয়োগ করিবে। রক্তাতীসার রোগের নিরাম অবস্থাতেও এই সকল ঔষধ প্রযোজ্য।

১। শ্বেত-ধুনা ও মোচরস (শিমুলের আঠা) প্রত্যেক ৪ রতি দুগ্ধ সহ তিন ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইবে।

২। কুটজ-দাড়িম কষায়।—কচি দাড়িমের খোসা ও কুড়চি-মূলের ছাল প্রত্যেক ১ তোলা,—পাচন পাক করিয়া শীতল হইলে অর্দ্ধতোলা মধুসহ খাওয়াইবে। ইহাতে আমরক্ত ভেদ সহজেই উপশমিত হয়।

৩। কচি তেঁতুল চারার মূল ৵০ আনা বা।০ আনা মাত্রায় ঘোলের সহিত বাঁটিয়া প্রত্যহ ৩।৪ বার খাওয়াইবে। ইহাতে অনেক স্থলে বিশেষ উপকার হয়।

৪। কুড়চি ছাল অগ্নিতে অল্প সেঁকিয়া লইয়া তাহার রস অর্দ্ধ তোলা এবং আয়াপান (বিশল্যকরণী) পাতার রস অর্দ্ধ তোলা, মধুসহ প্রত্যহ ২।৩ বার খাওয়াইলে প্রবল রক্তাতীসার নিবৃত্ত হয়। কিন্তু রোগের প্রথমাবস্থায় ইহা প্রযোজ্য নহে।

৫। কুটজাদি পাচন।—কুড়চিছাল, ইন্দ্রযব, মুথা, বালা, মোচরস, বেলশুঁঠ, আতইচ, দাড়িমের খোসা প্রত্যেকে চারি আনা—জল ।৷৷০ সের, শেষ ।৵০ পোয়া। এই পাচন ২।৩ বার

পান করিলে জ্বর-যুক্ত বা বিজ্বর প্রবাহিকা ও রক্তাতীসার সত্বর প্রশমিত হয়।

৬। জাম, আম ও আমলকী ইহাদের কচিপাতা প্রত্যেক এক তোলা ছেঁচিয়া রস বাহির করিবে এবং তাহার সহিত সমান পরিমাণ কাঁচা ছাগদুগ্ধ মিশাইয়া অর্দ্ধতোলা মধুসহ প্রত্যহ ২।৩ বার পান করিতে দিবে। এই মুষ্টিযোগটী রক্তাতীসারে বিশেষ ফলপ্রদ।

৭। মোচরস (শিমুলের আঠা) ৵০ আনা পরিমাণ এবং নাগেশ্বর ফুলের রেণু ৵০ আনা পরিমাণ মধুসহ প্রত্যহ দুই তিন বার খাওয়াইলে রক্তভেদ নিবারণ হয়।

৮। কাঁচা বেল-পোড়া ও মিছরী রক্তামাশয় রোগের মহৌষধ। রক্তস্রাব অধিক থাকিলে ইহার সহিত প্রতিবারে দুই আনা পরিমাণ নাগেশ্বর ফুলের রেণু মিশাইয়া খাইবে।

"রক্তামাশয়" পীড়া অনেকস্থলে "এমিবা" নামক একপ্রকার জীবাণু হইতে উৎপন্ন হয়। সেইরূপ স্থলে ডাক্তারী "এমেটিন"— "Emetine" নামক ঔষধ পিচকারী দ্বারা ত্বকের নিম্নে প্রয়োগ করিলে আশ্চর্য্য ফল হয়। কিন্তু সকল রক্তামাশয় রোগই যে Emetine প্রয়োগে সারে, এরূপ মনে করা বাতুলতা মাত্র।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—সাধারণ চিকিৎসায় আরোগ্য না হইলে শাস্ত্রোক্ত "গঙ্গাধর চূর্ণ", "মহাগন্ধক যোগ"ও"বৎসকাদি রসক্রিয়া" প্রভৃতি ঔষধ প্রযোজ্য। পুরাতন রক্তামাশয় পীড়ার জন্য ইহাদের মত আয়ুর্ব্বেদীয় ঔষধ অদ্যাপি আবিষ্কৃত হয় নাই।

অজীর্ণ, অগ্নিমান্দ্য।

(Dyspepsia)

সাধারণ ব্যবস্থা—নূতন অজীর্ণ হইলে এক আধ দিন উপবাস দেওয়া প্রশস্ত। পরে ২।১ দিন পর্য্যন্ত লঘু আহার করা উচিত। পুরাতন অজীর্ণ রোগে নিয়মিত ভাবে পথ্যাদি পালন করা বিশেষ আবশ্যক। বিশেষতঃ পুরাতন অজীর্ণ রোগী অনেক সময় লোভ বশতঃ কুপথ্যাশী হইয়া পড়ে, সেরূপ অবস্থায় বিশেষ সাবধান হওয়া কর্ত্তব্য। পক্ষান্তরে, পুরাতন অজীর্ণ রোগে অতিরিক্ত সাবধানতাও ভাল নহে; অতি সাবধান রোগী সহজেই দুর্ব্বল হইয়া পড়ে। সাধারণতঃ সকালে পুরাতন চালের অন্ন, মাছের ঝোল বা মাংস-যূষ, অল্প তরকারী, মুগের ডা'ল এবং বৈকালে সহ্য হইলে পাতলা রুটী, লুচি অথবা ভাত খাওয়া যাইতে পারে। দুগ্ধ অথবা ঘোল, দু'এর মধ্যে একটী প্রত্যহ সহ্যমত খাওয়া চাই। প্রায়ই শুধু দুগ্ধ খাইলে উদরে বায়ু সঞ্চার হয় বলিয়া দুগ্ধের সহিত সমপরিমাণ বালির জল বা খৈয়ের মণ্ড বা একমুঠা ভাত মিশাইয়া খাওয়া উচিত। ঝাল, অম্ল ও অধিক মসলা-যুক্ত তরকারী এবং সর্ষপ তৈলের তরকারী অজীর্ণ রোগীর পক্ষে পরিত্যাগ করাই বিধেয়।

পুরাতন অজীর্ণ রোগী প্রায়ই অস্থির-চিত্ত হইয়া পড়ে, সেরূপ অবস্থায় নিজে নিজের চিকিৎসা করা সঙ্গত নহে। তখন ধৈর্য্য সহকারে সুচিকিৎসকের হস্তে ভারার্পণ করা আবশ্যক।

ব্যায়াম অজীর্ণ রোগে বিশেষ উপকারী। নিতান্ত দুর্ব্বল না হইলে, দুই বেলা অল্প অল্প ব্যায়াম করা বিধেয়। অন্ততঃ পক্ষে প্রত্যহ অর্দ্ধমাইল বা এক মাইল ভ্রমণ করা উচিত।

ঔষধাদি—নূতন অজীর্ণ হইলে—

১। মুথা ॥০ তোলা ও গোল মরিচ ৫।৬টী একত্র বাঁটিয়া অল্প জলে মিশাইয়া উষ্ণ করিয়া খাইলে বিশেষ উপকার হয়।

২। ভাজা হিং দুই রতি ও বিট্লবণ ৬ রতি—অর্দ্ধছটাক যোয়ানের আরকের সহিত সেবন করিলে অজীর্ণ, পেটের ফাঁপ ও বেদনা সত্বর নিবারিত হয়।

৩। পুরাতন অজীর্ণের জন্য নিম্নে লিখিত সৈন্ধবাদি চূর্ণ দুই-আনা মাত্রায় এক বার বা দুই বার লেবুর রস ও গরম জল সহ সেবনেও বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

৪। হিঙ্গ্বষ্টক চূর্ণ।—শুঁঠ, পিপুল, মরিচ, বন-যোয়ান, সৈন্ধব-লবণ, জীরা, কালজীরা ও শোধিত ভাজা হিং এই গুলি সূক্ষ্মচূর্ণ করিয়া একত্র মিশাইবে। এই ঔষধ এক আনা হইতে দুই আনা পরিমাণে জল সহ খাইলে পেটফাঁপা, দারুণ পেট-বেদনা ও বাতাজীর্ণ সদ্যঃ নিবারিত হয়। মধ্যে মধ্যে তরল মলভেদ হইলেও ইহা বিশেষ উপকারী। পুরাতন অজীর্ণে প্রত্যহ আহারের সময় প্রথম ২।১ গ্রাস ভাতের সহিত অল্প গাওয়া ঘি ও লেবুর রস সহ ইহা খাইলে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়। ইহা খাইতে সুস্বাদু ও রুচিকর।

পুরাতন অজীর্ণ রোগে নিম্নলিখিত মুষ্টিযোগগুলি বিশেষ উপকারী।

১। প্রাতঃকালে /।০ পোয়া কিম্বা দেড় পোয়া ঈষদুষ্ণ জল চা'র মত দশমিনিট ধরিয়া অল্পে অল্পে পান করিবে। ১০।১৫ দিন এইরূপ করিলে পুরাতন অজীর্ণ রোগে বিশেষ উপকার হয়। উপকার বোধ হইলে ২।১ মাস এই ব্যবস্থা পালন করিবে। অধিক পুরাতন অজীর্ণ পীড়ায় প্রত্যহ দুইবার আহারের দুইঘণ্টা পূর্ব্বে এইরূপ জল পান করা কর্ত্তব্য।

২। সৈন্ধবাদি চূর্ণ।—সৈন্ধব-লবণ, হরীতকী, পিপুল ও চিতামূল সমভাগে চূর্ণ করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখিবে। এই ঔষধ প্রত্যহ ৵০ দুই আনা পরিমাণে আহারের পর গরম জল সহ কিম্বা লেবুররস সহ সেবন করিলে আহার সহজে জীর্ণ হয় এবং ক্ষুধাবৃদ্ধি ও কোষ্ঠশুদ্ধি হইয়া থাকে।

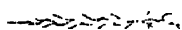
৩। পুদিনা, শুল্‌ফা বা মৌরীর আরক অর্দ্ধ ছটাক মাত্রায় আন্দাজ ৪ রতি পরিমাণ বিট্‌লবণ এবং ১০ বিন্দু 'মহাদ্রাবক' (অভাবে-নাইট্রোমিউরিয়াটিক্ এসিড) সহ দুই বেলা আহারের পর সেবনীয়। ইহাতে অজীর্ণ ও পেটফাঁপার বিশেষ উপকার হয়।

৪। কচি পেঁপের আটা সিকি তোলা এবং যোয়ানের আরক অর্দ্ধছটাক দুই বেলা আহারের পর সেবন করিলে পুরাতন অজীর্ণ রোগে বিশেষ উপকার হয়। পেটের পীড়া প্রবল থাকিলে ইহার সহিত মুথার রস ।।০ তোলা যোগ করিবে। এই মুষ্টিযোগ দ্বারা পুরাতন অজীর্ণ ও উদরাময়ে বিশেষ ফল হয়।

৫। লবঙ্গাদি চূর্ণ--লবঙ্গ, শুঁঠ,মরিচ ও সোহাগার খই সমভাগে চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই ঔষধ প্রত্যহ /০ আনা পরিমাণে আহারান্তে সেবন করিলে অজীর্ণের প্রতিকার ও ক্ষুধাবৃদ্ধি হয়।

৬। কেবল হরীতকী চূর্ণ ৵০ ও শুঁঠ চূর্ণ ৵০ একত্র মিলাইয়া আহারান্তে জল সহ গিলিয়া খাইলে অজীর্ণরোগে বিশেষ উপকার হয়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—এস্থলে বলা আবশ্যক যে অজীর্ণ পীড়া সাধারণতঃ দুই প্রকার। একপ্রকার অজীর্ণ রোগে কোষ্ঠবদ্ধতাই অধিক থাকে, অন্যপ্রকারের অতীসারের ভাবই অধিক থাকে। প্রথম প্রকার অজীর্ণে হরীতকী-ঘটিত মুষ্টিযোগগুলি ব্যবহার করিবে। অন্যপ্রকার অজীর্ণে হিঙ্গ্বষ্টক, লবঙ্গাদি চূর্ণ, মহাদ্রাবক প্রভৃতি ব্যবস্থেয়। পুরাতন অজীর্ণ ও অগ্নিমান্দ্য রোগে শাস্ত্রোক্ত "ভাস্কর লবণ" একটী উত্তম মহৌষধ। অম্লপিত্ত ও গ্রহণী পীড়ার চিকিৎসা পরে লিখিত হইবে।

কলেরা বা ওলাউঠা

আহার বা পানীয় জলাদির সহিত একপ্রকার বিষাক্ত জীবাণু (Comma Bacilli) উদরস্থ হইলে কলেরা বা ওলাউঠা জন্মে, ইহা দারুণ মারাত্মক ব্যাধি। শাস্ত্রোক্ত বিসূচিকা ও কলেরা ঠিক এক রোগ নহে। বিসূচিকা রোগ অজীর্ণ জনিত এবং প্রায় মারাত্মক নহে, কলেরা বিষাক্ত জীবাণু হইতে উৎপন্ন আগন্তুক ব্যাধি—সুচিকিৎসা না হইলে ইহা প্রায়ই মারাত্মক।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—হঠাৎ জলের ন্যায় তরল ভেদ ও

বমি হইয়া ওলাউঠা আরম্ভ হয়। ভেদ ও বমির বর্ণ প্রথম হইতেই বা প্রথম ২।১ বারের পর চাল-ধোয়া জল বা ভাতের মাড়ের ন্যায় হয়। অনেক স্থলেই ভেদ ও বমি উভয়ই হইতে থাকে, কোন কোন স্থলে কেবল ভেদ হয়। অথবা প্রথমে ভেদ হইয়া পরে ভেদ বমি দুই হয়। রোগী সত্বর অত্যন্ত অবসন্ন হইয়া পড়ে, চক্ষুঃ কোটরস্থ ও হস্ত-পদ শীতল হয়; অনেক রোগীর হাতে পায়ে অত্যন্ত খাল ধরিতে থাকে এবং পেটে অসহ্য শূল হয়। প্রস্রাব প্রায়ই বন্ধ থাকে এবং পিপাসা ও দাহ প্রবল হয়। নাড়ী শীঘ্রই শিথিল ও কোমল হইয়া পড়ে ও শরীর হিমাঙ্গ হয়। ক্রমে স্বরভঙ্গ ও নাড়ী-লোপ হয় এবং উপযুক্ত চিকিৎসা না হইলে কয়েক ঘণ্টার মধ্যে প্রাণ বিয়োগ হয়।

সাধারণ উপদেশ—ওলাউঠা সন্দেহ হইলে রোগীকে উঠিয়া বাহ্যে যাইতে এবং ঠাণ্ডাজল ঘাঁটিতে দিবে না। হাত-পা গরম রাখিবে। জল প্রচুর পরিমাণে খাইতে দিবে। বমি অধিক থাকিলে অল্প অল্প শীতল জল অনেক বারে খাওয়াইবে, একেবারে বেশী দিবে না। অবসন্ন অবস্থায় প্রচুর ঠাণ্ডা জল নির্ভয়ে দেওয়া যাইতে পারে, কিন্তু সে সময়ে জলের সহিত অল্প লবণ মিশাইয়া এবং ২।৪ ফোঁটা লেবুর রস দিয়া খাওয়াইবে। বলা বাহুল্য, পল্লীগ্রামে পূর্ব্ব-লিখিত ব্যবস্থা মত জল শোধন করিয়া লওয়া আবশ্যক। বরফ দিতে আপত্তি নাই, তবে অতিরিক্ত বরফ দেওয়া ভাল নহে।

হাত-পা ঠাণ্ডা হইলে বড় বড় ৪ খণ্ড ফ্লানেল বা কম্বল গরম জলে নিঙড়াইয়া হাতে ও পায়ে জড়াইয়া দিবে এবং

ঐ গুলি শীতল না হইতে হইতে অপর ৪ খণ্ড গরম করিয়া বদলাইতে থাকিবে,—যাবৎ হাত-পা গরম না হয়।

সর্ব্বদা স্মরণ-রাখিবে যে এইরোগে—হঠাৎ রক্তের জলীয় ভাগ কম হইয়া যায় বলিয়া দারুণ পিপাসা হয়, হাতে পায়ে খাল ধরে এবং রক্ত সঞ্চলন ক্রিয়া অত্যন্ত দুর্ব্বল হইয়া পড়ে। অতএব যে কোন রূপে রক্তের মধ্যে প্রচুর জল প্রবেশ করানই ইহার প্রধান চিকিৎসা। এই রোগে জল বন্ধ করা অত্যন্ত অন্যায়।

শীতকাল বা বর্ষাকাল না হইলে সমস্ত দরজা জানালা খোলা রাখিবে। ঘরে গন্ধক বা কয়লা পোড়ান একান্ত নিষিদ্ধ।

এইরোগে দাস্ত বা বমি বন্ধ হইলেও যে পর্য্যন্ত নাড়ীর সবলতা ও প্রস্রাব পরিষ্কার না হয় সে পর্য্যন্ত বিশেষ আশঙ্কা থাকে। রোগী পথ্য না পাওয়া পর্য্যন্ত কোন ক্রমে নিশ্চিন্ত হইবে না। রোগীর যাহাতে ঘুম আসে সেরূপ চেষ্টা করিবে, ঘুম আসিলে জাগাইয়া কোন ঔষধ দিবে না।

যাবৎ প্রস্রাব না হয়, তাবৎ কোন পথ্য দিবে না। জল প্রচুর পরিমাণে পান করিতে দিবে। প্রস্রাব হইবার পর পাতলা এরারুট ২।৪ ফোঁটা লেবুর রস ও লবণ দিয়া একদিন বা দুই-দিন পর্য্যন্ত প্রত্যহ ৩।৪ বার দিবে। পরে গাঁদালের ঝোল, ভাতের মণ্ড প্রভৃতি দিয়া শরীর সম্পূর্ণ সুস্থ বোধ হইলে ক্রমে ভাত দিবে।

ওলাউঠা অত্যন্ত সংক্রামক রোগ, এজন্য রোগ-প্রতিষেধ প্রসঙ্গে (৭ম পৃষ্ঠায়) লিখিত নিয়মাদি সাবধানে পালন করিবে।

ঔষধাদি—প্রথম অবস্থায় হঠাৎ দাস্ত ও বমি বন্ধ করিবার জন্য ব্যস্ত হইবে না। নিম্নলিখিত কোন একটী মুষ্টিযোগ ব্যবস্থা করিবে।

১। কচি আপাং গাছের মূল অর্দ্ধ তোলা পরিমাণ, ৫।৬টী গোলমরিচের সহিত বাঁটিয়া এক ছটাক জলে গুলিয়া অর্দ্ধঘণ্টা অন্তর অল্প অল্প করিয়া ৬।৭ বারে খাওয়াইবে।

২। কর্পূর ২ রতি,চূণ ৮রতি ও শুঁঠের গুড়া ।০আনা পরিমাণ ১০ মিনিট কাল একত্র উত্তমরূপে খলে মাড়িয়া ৮ ভাগ করিবে। এই ঔষধ ১৫ মিনিট বা অর্দ্ধঘণ্টা অন্তর খাওয়াইলে অনেক সময়ে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়। দাস্ত ও বমি বন্ধ হইলে ইহা খাওয়ান অনাবশ্যক।

৩। দশমূল পাচন প্রস্তুত করিয়া উহার সহিত অর্দ্ধছটাক পরিষ্কার এরণ্ড-তৈল (Refined Castor Oil) এবং অর্দ্ধ ছটাক লেবুর রস মিশাইয়া উত্তমরূপে নাড়িবে। বমির বেগ প্রবল না থাকিলে রোগের প্রথম অবস্থায় এই ঔষধটী দুইবারে বা তিন-বারে খাওয়াইয়া দিবে, ইহাতে বিষাক্ত বীজাণু সকল বাহির হইয়া যায় এবং বায়ুর সাম্য হইয়া বিশেষ উপকার হয়। এই যোগটী মুখ্যতঃ চরকোক্ত।

বমির বেগ প্রবল থাকিলে—জ্বরের চিকিৎসায় লিখিত বমির মুষ্টিযোগগুলি প্রয়োগ করিবে।

পেটের যন্ত্রণা অধিক থাকিলে—গো-মূত্র বা কাঁজি গরম করিয়া উহাতে ফ্লানেল নিংড়াইয়া পেটে স্বেদ দিবে।

হাতে পায়ে খাল ধরা অধিক থাকিলে—(১) ভাজা

বালির পুঁটুলি করিয়া গরম কাঁজিতে ডুবাইয়া স্বেদ দিবে। (২) অথবা খাঁটী সরিষার তৈলে কুড়-চূর্ণ ও সৈন্ধব লবণ মিশাইয়া গরম করিয়া মালিস করিবে। (৩) উষ্ণ লবণজলের ধারা প্রদান করিলেও বিশেষ উপকার হয়। কিন্তু পরে লিখিত "লবণ-জল চিকিৎসা" করিলে এ সকল আবশ্যক হয় না।

হিক্কা অধিক থাকিলে—হিক্কা-চিকিৎসা প্রসঙ্গে লিখিত মুষ্টিযোগ গুলি প্রয়োগ করিবে।

রোগীর নাড়ী অত্যন্ত ক্ষীণ হইলে হাতে পায়ে ফ্লানেল গরম করিয়া সেক দিতে থাকিবে। ঈষৎ লবণাক্ত জল বা কচি ডাবের জল প্রচুর পরিমাণে খাইতে দিবে এবং বিশ্বাস-যোগ্য সুদক্ষ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হইবে। ওলাউঠা রোগে প্রথম হইতেই সুনিপুণ চিকিৎসকের হস্তে ভার দেওয়া কর্ত্তব্য। তবে পূর্ব্বলিখিত ব্যবস্থা-গুলি জানিয়া রাখা সকলের পক্ষেই মঙ্গলকর। উপযুক্ত চিকিৎসক না পাওয়া গেলে কেবল লিখিত ব্যবস্থা-মত চলিলেও রোগীর বাঁচিবার আশা থাকে, কিন্তু যম-সহোদর মূর্খ চিকিৎসকের হাতে বাঁচিবার কোন আশা নাই—ইহা সর্ব্বদা স্মরণ রাখিবে।

হিমাঙ্গ অবস্থায় উৎকৃষ্ট সতেজ সুরা (ব্রাণ্ডি) বা উৎকৃষ্ট 'মকরধ্বজ' বিশেষ ফলপ্রদ। আমাদের "বৃহৎ-কস্তূরী-ভূষণ" ও এই অবস্থায় সদ্যঃ ফলপ্রদ মহৌষধ।

প্রস্রাব না হইলে—ভেদ-বমি বন্ধ হইবার পর কোমরে ভাজা বালির পুঁটুলি গরম কাঁজিতে বা গো-মূত্রে ভিজাইয়া স্বেদ দিবে এবং তলপেটে সোরার জলের পটী বসাইবে। অথবা গরম

জলে ফ্লানেল নিংড়াইয়া ২।৪ ফোঁটা তারপিন তৈল ছিটাইয়া কোমরের দুই পার্শ্বে স্বেদ দিবে।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—ওলাউঠা রোগে নাড়ীলোপ, হস্তাপদাদির শীতলতা ও স্বরভঙ্গ হইলেও ইদানীং নবাবিষ্কৃত ডাক্তারী "লবণ-জল-চিকিৎসা" দ্বারা সহস্র সহস্র রোগীর প্রাণরক্ষা হইতেছে। এই চিকিৎসায় সাধারণতঃ বাহু সন্ধিস্থ সিরা কাটিয়া তন্মধ্যে একসের, দেড় সের বা ততোধিক পরিমাণ উষ্ণ লবণ-জল প্রবেশ করান হয়। এই চিকিৎসা দ্বারা শত শত রোগীকে আসন্ন মৃত্যুমুখ হইতে রক্ষা করা যায়। গ্রন্থকার স্বয়ং এই চিকিৎসা দ্বারা অনেকের প্রাণরক্ষা করিয়াছেন। ইহা অনেকস্থলেই অদ্ভুত ফলপ্রদ।

অনেকের ধারণা আছে, ওলাউঠার চিকিৎসা ডাক্তারীতে বা কবিরাজীতে ভালরূপ নাই। এই ধারণা সম্পূর্ণ ভ্রমাত্মক। বর্ত্তমান সময়ে যে পূর্ব্বোক্ত "লবণ জল চিকিৎসা" প্রচলিত হইয়াছে, উহা—অথবা লিখিত ঔষধ প্রয়োগ করিলে অসংখ্য রোগীর প্রাণরক্ষা হইতে পারে।

অম্লপিত্ত ও অম্লশূল।

(অম্বলের পীড়া)

সাধারণ ব্যবস্থা—অম্বলের পীড়ায় লঙ্কা বা সরিষার ঝাল, সর্ষপ তৈল, অম্বল, আচার, ভাজা-দ্রব্য এবং বাজারের বা খারাপ

ঘৃতে প্রস্তুত খাবার খাওয়া নিষিদ্ধ। মৎস্য-মাংস ত্যাগ করিতে পারিলেই ভাল—অল্প খাইলে দোষ নাই। অম্বলের পীড়ায় বিশেষতঃ অম্ল-শূলে সর্ব্ব প্রকার ডা'ল একবারে ত্যাগ করিবে। উৎকৃষ্ট ঘৃত-পক্ক দ্রব্য সহ্য মত খাইবে।

অম্ল-শূল পীড়ায় বেদনা প্রবল থাকিলে ২।৩ দিন রাত্রিতে কিম্বা দুইবেলা দুগ্ধে প্রস্তুত খৈএর মণ্ড বা খৈ-দুধ খাওয়া প্রশস্ত। নিম, করলা, মেথিশাক প্রভৃতি তিক্ত তরকারী অম্ল-পিত্ত রোগে হিতকর।

অম্বলের পীড়ায় অধিক ঔষধ খাওয়া অকর্ত্তব্য। সাধারণ অজীর্ণ ও অগ্নিমান্দ্যের ঔষধে অম্ল-পিত্ত পীড়ার উপশম না হইয়া বরং অনেক সময়ে বৃদ্ধি হয়। পথ্যাদি পালন করিয়া প্রত্যহ প্রাতঃকালে কিম্বা দুই বেলা আহারের পূর্ব্বে গরম জল খাইলে বিশেষ উপকার হয়। প্রত্যূষে সুশীতল জলপানেও কাহারও কাহারও বিশেষ উপকার হয়।

ঔষধাদি—১। হরীতকী ও শুঁঠ সমভাগে সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ প্রত্যহ আহারান্তে ৵০আনা মাত্রায় সমভাগ মিছরির গুঁড়া মিশ্রিত করিয়া জল সহ গিলিয়া খাইবে। ইহাতে গলা-জ্বালা, বুক-জ্বালা প্রভৃতির সদ্যঃ উপকার হয়।

২। নারিকেল-লবণ।—একটী ঝুনা নারিকেলের মুখে ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যে সম-ভাগ যোয়ান ও সৈন্ধবলবণ পূরিবে এবং ঐ নারিকেলের মুখ বন্ধ করিয়া উপরে কাপড় ও মাটির লেপ দিয়া উহা অগ্নিতে দগ্ধ করিবে। পরে কাপড় ও মাটি ফেলিয়া সমস্ত নারিকেলটী এক সঙ্গে চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ ৵০ আনা

মাত্রায় আহারের পর প্রত্যহ দুই বার খাইবে। ইহা অম্ল-পিত্ত পীড়ার মহৌষধ।

৩। নারিকেল-মালার কয়লা, সোডা ও মৌরী সমভাগে লইয়া সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ ৵০ আনা পরিমাণে দুই বেলা আহারের পর খাইবে। এই মুষ্টিযোগটী অম্লপিত্ত পীড়ায় মহোপকারী।

৪। দশাঙ্গ-পাচন—বাসক-ছাল, নিম-গুলঞ্চ, ক্ষেৎপাপড়া, নিমছাল, চিরেতা, ভীমরাজ, হরীতকী, আমলা, বহেড়া ও পল্‌তা—এই দ্রব্যগুলি মোট দুই তোলা লইয়া যথাবিধি পাচন প্রস্তুত করিয়া শীতল হইলে অর্দ্ধ তোলা মিছরিসহ কেবল প্রাতঃকালে কিম্বা প্রাতঃসন্ধ্যা দুই বেলা পান করিবে। ইহাতে পুরাতন অম্ল-পিত্ত ও অম্ল-শূল রোগের উপশম হয়।

৫। পঞ্চ-নিম্বাদি চূর্ণ—নিমের ছাল, নিম-পাতা, নিমের ফল, নিমের ফুল এবং নিমের মূল,—এইগুলি প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা পরিমাণ ও বিদ্ধড়ক বীজ অর্দ্ধছটাক সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া পাঁচ ছটাক যবের ছাতুসহ একত্র মিশাইয়া রাখিয়া দিবে। এই চূর্ণ ৵০ আনা হইতে ।০ আনা মাত্রায় প্রত্যহ দুই বেলা সমভাগ চিনি বা মধু মিশ্রিত করিয়া সেবন করিবে এবং পরে শীতল জল পান করিবে। এই মুষ্টিযোগদ্বারা দারুণ অম্বলের পীড়া ও অম্লশূল এবং তজ্জনিত নানাবিধ চর্ম্ম রোগ আশ্চর্য্যরূপে উপশমিত হয়।

দ্রষ্টব্য—পুরাতন অম্লশূলে শাস্ত্রোক্ত "শঙ্খবটী" ও "ধাত্রীলৌহ" মহোপকারী ঔষধ, এই ঔষধদ্বয়ে প্রায়ই কঠিন অম্লপিত্ত রোগেরও প্রতিকার হয়।

পুরাতন উদরাময় বা গ্রহণী।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—পুরাতন উদরাময় সাধারণতঃ অম্বলের পীড়া, অজীর্ণ ও অন্যান্য নানাবিধ কারণে জন্মে। ইহাতে প্রত্যহ ২।৪ বা ততোধিক বার অজীর্ণ দাস্ত হয় এবং ক্ষুধামান্দ্য ও দুর্ব্বলতা দিন দিন বাড়িতে থাকে। কখন কখন কয়েকদিন পর্য্যন্ত কোষ্ঠ বদ্ধতা থাকিয়া ৮।১০।১৫ দিন অন্তর ভেদ হয় এবং পেট বেদনা করে। ফলকথা, পরিপাক শক্তির ও অন্ত্র প্রণালীর বিশেষ দুর্ব্বলতা হইতেই এই রোগের উৎপত্তি হয়।

সাধারণ ব্যবস্থা—অম্বলের পীড়া ঘটিত উদরাময়ে অম্বলের পীড়ায় লিখিত মুষ্টিযোগগুলি ব্যবহার করিবে। পথ্যাদি সম্বন্ধে অজীর্ণ-অগ্নিমান্দ্য ও অম্লপিত্ত প্রকরণে লিখিত ব্যবস্থা পালনীয়। দুগ্ধ সকলের সহ্য হয় না কিন্তু জীরাভাজা ও গোলমরিচের গুঁড়া মিশাইয়া ঘোল প্রায়ই প্রচুর পরিমাণে সহ্য হয়। ইহা বলকর ও মুখরোচক সুপথ্য। গ্রহণী পীড়ায় উপবাস যত কম হয়, ততই মঙ্গল। এই রোগের জন্য উপযুক্ত আয়ুর্ব্বেদীয় চিকিৎসকের শরণাপন্ন হওয়াই উচিত, কারণ মুষ্টিযোগের ফল প্রায় স্থায়ি হয় না।

ঔষধাদি।—১। অজীর্ণ ও অগ্নিমান্দ্য অধিকারে পুরাতন অজীর্ণের জন্য লিখিত ১।৪।৫ সংখ্যক মুষ্টি-যোগ গুলি এই পীড়ায় বিশেষ উপকারী।

২। কাঁচা-বেল-পোড়া ৷৹ তোলা এবং শুঁঠ চূর্ণ ।৹ আনা

পরিমাণ, উৎকৃষ্ট মিছরি বা গুড় সহ প্রত্যহ ২।৩ বার সেবন করিলে গ্রহণী রোগে বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

৩। শুঁঠ, মুথা, আতইচ, ধাইফুল, রসোৎ, কুড়চি-ছাল, বেল-শুঁঠ, আক্‌নাদি ও কট্‌কী—এই সমস্ত সম-পরিমাণে সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া রাখিবে। ৵০ আনা পরিমাণে এই চূর্ণ মধুসহ প্রত্যহ দুই তিন বার খাইয়া পরে চাল-ধোয়া জল পান করিবে। এইরূপ করিলে গ্রহণী ও পুরাতন রক্তামাশয় প্রভৃতির সত্বর উপশম হয়।

৪। গোলমরিচ ১ তোলা, শুঁঠ ২ তোলা ও কুড়চি-ছাল ৪ তোলা—একত্র সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চুর্ণ ৵০ মাত্রায় অল্প গুড় ও ঘোল সহ প্রত্যহ সেবন করিলে পুরাতন উদরাময়ে সবিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

৫। লবঙ্গাদি বটী—লবঙ্গ, শুঁঠ, গোলমরিচ, সোহাগার খৈ—এই চারিটী ঔষধ চূর্ণ করিয়া চিতামূল ও আপাং মূলের ক্বাথে মাড়িয়া ৪।৫ রতি মাত্রায় বড়ী করিয়া রৌদ্রে শুথাইয়া লইবে। ২ বেলা আহারের পর এই বড়ী ১ টী বা ২টী করিয়া সেবন করিলে এই রোগে বিশেষ উপকার হয়। শাস্ত্রোক্ত 'রসপর্প্পটী', 'মহাগন্ধকযোগ', 'মহারাজনৃপবল্লভ'—প্রভৃতি ঔষধ এই পীড়ায় মহোপকারী।

অর্শ' রোগ (PILES)

সাধারণ ব্যবস্থা—সর্ব্বদা বসিয়া থাকা, গুরু-পাক দ্রব্য অথবা অতিস্নিগ্ধ বা অত্যন্ত রূক্ষ-অন্ন ভোজন, রৌদ্রে পর্য্যটন,

মদ্যপান প্রভৃতি কারণে অর্শঃ জন্মে। অতএব অর্শ-রোগীর এই সমস্ত অভ্যাস পরিত্যাগ করা কর্ত্তব্য। অর্শরোগের চিকিৎসা এবং অগ্নিমান্দ্যের চিকিৎসা প্রায় এক প্রকার। সুপাচ্য লঘু স্নিগ্ধ অন্ন, নিয়মিত ব্যায়াম এবং তৈল, লঙ্কা, সর্ষপ প্রভৃতি পরিত্যাগ—এই তিনটী অর্শ রোগের পালনীয় নিয়ম। তরকারীর মধ্যে ওল এবং ফলের মধ্যে পেঁপে ও আনারস এই রোগে বিশেষ উপকারী।

অর্শঃ প্রধানতঃ দুই প্রকার; শুষ্কার্শঃ—(অর্থাৎ যে অর্শ হইতে রক্ত পড়ে না) এবং রক্তার্শঃ—(অর্থাৎ যে অর্শ হইতে প্রায়ই রক্ত পড়ে)।

চিকিৎসা—যেরূপ ঔষধ ও পথ্য সেবনে বায়ু সরল থাকে, অগ্নিবল বৃদ্ধি হয় এবং নিয়ত দাস্ত পরিষ্কার থাকে,—সেইরূপ ঔষধ ও পথ্য সেবনই অর্শরোগের চিকিৎসা। নিম্নে কয়েকটী উৎকৃষ্ট মুষ্টিযোগ লিখিত হইল।

১। কলসী খেজুর ৫ টী ও কিস্‌মিস্ ১ তোলা প্রত্যহ গরম দুগ্ধে সিদ্ধ করিয়া চট্‌কাইয়া লইয়া, সর্ব্ব-সমেত বা ছাঁকিয়া পান করিবে। ইহাতে দাস্ত পরিষ্কার থাকে এবং বল-বৃদ্ধি হয়।

২। হরীতকীর মোরব্বা, গুল-কন্দ (গোলাপ ফুলের পাপ্‌ড়ি মিছরিতে পাক করা), সুপক্ক পেঁপে প্রভৃতি প্রত্যহ উপযুক্ত পরিমাণে সেবন করিলে কোষ্ঠ-শুদ্ধি হয় এবং অর্শঃ প্রবল হইতে পারে না।

৩। জাঙ্গী-হরীতকী ঘৃতে ভাজিয়া তৎসহ অর্দ্ধেক ভাগ বিট্-লবণ মিশাইয়া চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ।০ পরিমাণে

রাত্রিতে গরম জলসহ সেবনীয়। ইহাতে বায়ূ সরল হইয়া কোষ্ঠ-শুদ্ধি হয়।

৪। খোসা তোলা কৃষ্ণ-তিল ১ তোলা প্রত্যহ প্রাতঃকালে মাখন ও মিছরী সহ সেবন করিলে রক্তার্শের উপকার হয়।

৫। ঘোল অর্শঃ পীড়ায় বিশেষ উপকারী। জীরা-ভাজার চূর্ণ ও সৈন্ধব লবণ সহ উত্তরোত্তর অধিক পরিমাণে সহ্যমত দিবা-ভাগে সেবনীয়।

৬। নিম্নলিখিত অবলেহ প্রস্তুত করিয়া প্রত্যহ রাত্রিতে।০ পরিমাণে সেবন করিলে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

ধনে, সোণামুখী, সোঁদালের আঠা, কুলশুঁঠ, পাকা তেঁতুল, আলুবোখারা—প্রত্যেক ২ তোলা, জল /২ সের। /॥০ সের অবশেষ থাকিতে নামাইয়া চট্‌কাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। পরে অর্দ্ধ সের চিনিসহ পাক করিয়া ঘন হইলে নামাইয়া রাখিবে। এই অবলেহ কোষ্ঠশুদ্ধির জন্য বিশেষ উপযোগী। অর্দ্ধতোলা হইতে একতোলা মাত্রায় রাত্রিতে সেবনীয়।

৭। ভেলার মুটি (নীচের কাল অংশ সাবধানে বাদ দিয়া বৃন্ত বা বোঁটাস্থিত বাদামের ন্যায় কোমল অংশ লইয়া চূণের জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইবে।) পরিমাণ ॥০ তোলা এবং খোসা তোলা কৃষ্ণতিল ১ তোলা, সমষ্টির সমান মিছরি মিশাইয়া প্রত্যহ প্রাতঃকালে জলসহ খাইবে। এই মুষ্টিযোগটী অর্শঃ পীড়ায় বিশেষ উপকারী এবং অত্যন্ত অগ্নি-বর্দ্ধক।

৮। কচিপদ্মপত্র ১ তোলা এবং নাগেশ্বর ফুলের রেণু ॥০ তোলা, ছাগদুগ্ধে পেষণ করিয়া চিনিসহ সরবৎ প্রস্তুত করিয়া

প্রাতঃকালে পান করিবে। ইহাতে অর্শের রক্তস্রাব শীঘ্র নিবারিত হয়।

৯। সিদ্ধি ৪ তোলা ও আফিং।৹ আনা, জলে বাঁটিয়া পুল্‌টিস্‌ প্রস্তুত করিবে। এই পুল্‌টিস্‌ ২।৩ ঘণ্টা অন্তর গরম করিয়া প্রয়োগ করিলে অর্শের যন্ত্রণার লাঘব হয়।

অগ্নি-মান্দ্য অধিকারে বর্ণিত মুষ্টি-যোগ গুলির দ্বারাও অর্শঃ রোগীর উপকার হয়। সাধারণ মুষ্টিযোগ-সেবনে উপশম না হইলে দুই বেলা আহারের পর আমাদের "সন্দীপন চূর্ণ" এবং রাত্রিতে "মধুকান্ত মোদক" সেবন করিলে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

অর্শ হইতে ঘন ঘন রক্তস্রাব হইলে উপযুক্ত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হইবে। পুরাতন রক্তার্শ রোগে অস্ত্র চিকিৎসাই প্রধান চিকিৎসা।

কোষ্ঠবদ্ধতা।

(Constipation)

সাধারণ ব্যবস্থা—অর্শঃ ও কোষ্ঠবদ্ধতা প্রায় একই কারণে জন্মে। কোষ্ঠবদ্ধতা রোগে প্রত্যহ নিয়মিত-ব্যায়াম, যথা সময়ে ভোজন ও শৌচাদি যাওয়া এবং উত্তম পাকা ফল প্রচুর খাওয়া আবশ্যক। ঘন ঘন জোলাপ লওয়া এই পীড়ায় অনিষ্টকর। ঘন ঘন জোলাপ লওয়া অপেক্ষা বস্তিকর্ম্ম বা ডুশ লওয়া অনেক ভাল।

ঔষধাদি—১। অর্শঃ প্রকরণে লিখিত ১।২।৩ সংখ্যক মুষ্টিযোগগুলি কোষ্ঠবদ্ধতায় যথেষ্ট উপকার করে।

২। ঋতু-হরীতকী—বিধি অনুসারে হরীতকী সেবন করিলে অর্শঃ ও কোষ্ঠবদ্ধতা উভয় রোগেই বিশেষ উপকার হয় এবং শরীর নীরোগ ও বলিষ্ঠ থাকে। ঋতু হরীতকী বিধি এইরূপ—

প্রত্যহ ১টী সুপক্ক হরীতকী বর্ষাকালে অল্প পরিমাণ সৈন্ধব লবণ সহ, শরৎ-কালে চিনি সহ, হেমন্তকালে শুঁঠ-চূর্ণ সহ, শীতকালে পিপুল-চূর্ণ সহ, বসন্তকালে মধু সহ এবং গ্রীষ্মকালে গুড় সহ ভক্ষণ করিবে। হরীতকীটীর বীজ বাদ দিয়া ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র খণ্ড বা সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া লইতে হয়। একটী হরিতকীর পরি-বর্ত্তে ৶০ হইতে ।০ মাত্রায় হরীতকী চূর্ণ লইলেও চলে।

৩। গরম ধাতুর লোকের পক্ষে প্রত্যূষে এক গ্লাস ঠাণ্ডা জল পান করিলে উপকার হয়। বাতশ্লেষ্ম প্রধান ধাতুতে প্রত্যহ ৩।৪ বার গরম জল পান করা উচিত।

৪। প্রত্যহ বৈকালে পাকা পেঁপে, বেল, কলা প্রভৃতি ফল উপযুক্ত পরিমাণে খাইলে এবং রাত্রিতে মোটা আটার রুটী বা লুচি খাইলেও অনেকের কোষ্ঠ শুদ্ধি হয়।

ক্রিমিরোগ।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—ক্রিমি নানাবিধ। তন্মধ্যে কেঁচোর ন্যায় বড় সাদা ক্রিমি এবং সূতার ন্যায় ছোট ছোট ক্রিমি এদেশে অধিক দেখা যায়।

বড় ক্রিমি সকলেরই হইতে পারে—উহার লক্ষণ গা-বমি করা, মুখে জল উঠা, নাক চুলকান, পেটে বেদনা, অক্ষুধা, দুর্ব্বলতা, অপরিপাক প্রভৃতি। বড় ক্রিমির দোষে বালকেরা প্রায়ই নিদ্রাবস্থায় দাঁত কড়মড় করে। ছোট ক্রিমি বালকদেরই অধিক হয়। ইহারা প্রায় মলদ্বারের নিকটেই থাকে, এজন্য এরূপ ক্রিমি হইলে বালকেরা প্রায়ই মলদ্বার চুলকায়। ফিতার ন্যায় ক্রিমি (Tape worm), হুকের ন্যায় ক্রিমি (Hook worm) প্রভৃতি ক্রিমিও অনেকের হইয়া থাকে। তাহার চিকিৎসা ও নিম্নলিখিত মত।

ঔষধাদি—১। খেজুর পাতার রস ২ তোলা, লেবুর রস অর্দ্ধ তোলা ও মধু এক তোলা মিশাইয়া ৫।৭ দিন প্রত্যহ পান করিলে ক্রিমি নষ্ট হয়।

২। চারি আনা পরিমাণ পলাশ বীজ বা পলাশ পাপ্ড়া চূর্ণ ৷৷০ তোলা মধুসহ প্রত্যহ সেবন করিলেও ক্রিমির দোষ দূর হয়।

৩। পলাশ-বীজ, ইন্দ্র-যব, বিড়ঙ্গ, নিম-ছাল ও চিরেতা সমভাগ চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ ৵০ হইতে ।০ আনা মাত্রায় তিন রাত্রি পর্য্যন্ত প্রত্যহ শয়ন কালে জলসহ খাইলে সমস্ত ক্রিমি নিঃসারিত হয়।

৪। কেবল মধুর সহিত ৵০ বা ।০ পরিমাণ বিড়ঙ্গ তণ্ডুল চূর্ণ সেবন করিলেও ক্রিমি রোগে বিশেষ উপকার হয়। বিড়ঙ্গের খোসা বাদ দিয়া ভিতর হইতে ছোট ছোট বীজগুলি লইতে হয়—তাহারই নাম বিড়ঙ্গ তণ্ডুল।

৫। তিতলাউ-বীজ-চূর্ণ (৵০ হইতে ।০ পরিমাণ পর্য্যন্ত)

এবং দাড়িম মুলের ছাল চূর্ণ ।০ পরিমাণ ঘোলের সহিত সেবন করিলে সর্ব্ববিধ ক্রিমি নষ্ট হয়।

[বিশেষ দ্রষ্টব্য—উপরে লিখিত যে কোন মুষ্টি-যোগ সেবন করিয়া ক্রিমি বাহির না হইলে অর্দ্ধ ছটাক বিশুদ্ধ এরণ্ড-তৈল একছটাক গরম দুগ্ধ সহ পান করিয়া জোলাপ লইবে। এরূপ করিলে জীবিত বা মৃত ক্রিমি সহজেই বাহির হইয়া যায়।]

৬। ছোট ছোট ক্রিমির জন্য নিম্নলিখিত পাচন প্রস্তুত করিয়া গুহ্যদ্বারে পিচকারী দিলে সবিশেষ উপকার হয়।

সোমরাজী ১ তোলা, চাকুন্দে বীজ ॥০ তোলা ও নিম-ছাল ॥০ তোলা মোট দুই তোলা /॥০ সের জলে চড়াইয়া /৵০ পোয়া থাকিতে নামাইয়া ॥০ তোলা লবণ মিশাইয়া গরম অবস্থায় কাচের পিচকারী দ্বারা ধীরে ধীরে মল-দ্বারে প্রয়োগ করিবে। ছোট পেঁয়াজের রস ২ তোলা মিশাইয়া সাবান গোলা জলের পিচকারী দিলেও বিশেষ উপকার হয়।

সর্দ্দি-কাসি, স্বরভঙ্গ।

(Cough, Bronchitis &c.)

সাধারণ ব্যবস্থা—কাসরোগ নানাবিধ কারণে উৎপন্ন হয়, তন্মধ্যে ঠাণ্ডা লাগান, পুরাতন অজীর্ণ রোগ, গলার রোগ ও শ্বাসনালীর বা শ্বাসযন্ত্রের ব্রণশোথ (Inflammation) প্রধান কারণ। গলরোগ বলিলে আল্‌জিভ বড় হওয়া এবং গলার মধ্যে

ছোট ছোট দানা বা ক্ষতাদি উৎপন্ন হওয়া বুঝায়। যে কারণে কাস-রোগ উৎপন্ন হইয়াছে, সম্ভব হইলে সকল স্থানেই সেই কারণটীর প্রতীকার করা কর্ত্তব্য। (বলা বাহুল্য, এই কথাটী সকল রোগের সম্বন্ধেই প্রয়োজ্য)। কাস উৎপন্ন হইলে কারণ অনুসন্ধান করিয়া চিকিৎসা করিবে অর্থাৎ গলার রোগ, কি পরিপাকের দোষ কিম্বা বুকে সর্দ্দি বসিয়াছে, তাহা বুঝিয়া চিকিৎসা করিবে। কাসিতে শ্লেষ্মা উঠে বা শুষ্ক কাসি তাহাও স্মরণ রাখিবে। নিম্নে কফ-জন্য কাস-রোগের কয়েকটী উৎকৃষ্ট মুষ্টি-যোগ লিখিত হইল :—

১। যষ্টি-মধু, বামন-হাটী, শুঁঠ, কিস্‌মিস্‌, দারুচিনি, গোলমরিচ প্রত্যেক।৵১০ আনা হিসাবে লইয়া অর্দ্ধসের জলে চড়াইয়া অর্দ্ধপোয়া থাকিতে নামাইয়া দুই বেলা পান করিলে শ্লেষ্মযুক্ত কাস-রোগ নিবারিত হয়।

২। বাকস পাতার রস ১ তোলা ও ছোট-পিপুল চূর্ণ ৵০ আনা মধুসহ দুই বেলা পান করিলেও ইহাতে বিশেষ উপকার হয়।

৩। কণ্টিকারী—২ তোলা। জল /॥০ সের, শেষ ৵০ পোয়া ; ছোটপিপুল-চূর্ণ ৵০ আনা মিশাইয়া পান করিবে।

৪। আদার রস ও পুরাতন ঘৃত উত্তমরূপে মিশাইয়া গরম করিয়া বুকে মালিস করিলে অথবা ফুটন্ত জলে অল্প তারপিন তৈল ফেলিয়া তাহার ভাপ্‌রা লইলে ক্রূর সর্দ্দি সরল হইয়া উঠিয়া যায়।

৫। বহেড়ার বীজের শস্য ২ তোলা, মধুসহ পেষণ করিয়া রাখিবে। এই ঔষধ সর্ব্বদা অবলেহ করিলে কাস-রোগের যন্ত্রণার উপশম হয়।

৬। লবঙ্গ ১ তোলা, জায়ফল ১ তোলা, পিপুল ১ তোলা, মরিচ ২ তোলা, শুঁঠ ১৬ তোলা, সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া দেড় পোয়া চিনি মিশাইয়া রাখিবে। এই চূর্ণ ৵০ আনা কিম্বা ৷৵০ আনা পরিমাণে প্রত্যহ ২।৩ বার জলসহ সেবন করিলে কাস, জ্বর ও অরুচি নিবৃত্তি হয়।

৭। অধিক কফ-বৃদ্ধি হইয়া কাসি, হাঁপানি এবং ঈষৎ পার্শ্ব-বেদনা হইলে ৷৵০ আনা পরিমাণ ছোট-পিপুল চূর্ণের সহিত দশমূল-পাচন * সেবনীয়।

৮। কণ্টিকারী, শুঁঠ, ব্রাহ্মী-শাক ও বেড়েলা—সর্ব্বসমষ্টি ২ তোলা—পাচন করিয়া পান করিলে স্বর-ভঙ্গ ও কাস-রোগে সমধিক ফল পাওয়া যায়।

৯। বচ ও লবঙ্গ—সর্ব্বদা মুখে রাখিলে স্বরভঙ্গের বিলক্ষণ উপকার হয়।

১০। গরম জল আধ পোয়া তিনছটাক করিয়া প্রত্যহ ৪।৫ বার খাইলে নূতন সর্দ্দি কাসির উপকার হয়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—কাসির সহিত প্রত্যহ জ্বর হইতে থাকিলে, যক্ষ্মার আশঙ্কা বুঝিবে। বালকের বুকে সর্দ্দি বসিয়া কাসির সহিত হাঁপানি ও জ্বর হইলেও বিশেষ ভয়ের কারণ। এরূপ সকল স্থলে উপযুক্ত চিকিৎসকের সাহায্য লওয়া একান্ত আবশ্যক।

হঠাৎ কাসির সহিত প্রবল জ্বর ও শ্বাস বৃদ্ধি হইলে নিউ-

---

* দশমূল পাচন যথা—বেল, শ্যোনা, গাম্ভারী (গামার), পারুল, গনিয়ারী, শালপানি চাকুলে, ব্যাকুড়, কণ্টিকারী, গোক্ষুর এই দশটীর মূল (অভাবে ছাল বা ডাঁটা।) সর্ব্বসমেত দুই তোলা যথাবিধি পাচন প্রস্তুত করিবে।

মোনিয়ার আশঙ্কা বুঝিবে এবং উপযুক্ত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হইবে।

নূতন কাসির জন্য—"চন্দ্রামৃত", "শৃঙ্গারাভ্র", "তালিশাদি চক্রিকা" প্রভৃতি শাস্ত্রোক্ত ঔষধ বিশেষ উপকারী। পুরাতন কাসির জন্য "চ্যবনপ্রাশ" বিশেষ ফলপ্রদ।

শ্বাস বা হাঁপানি।

(Asthma)

সাধারণ ব্যবস্থা—বুকে সর্দ্দি বসিয়া শ্বাসকষ্ট হইতে ক্রমে ক্রমে শ্বাস রোগ জন্মে। যথার্থ শ্বাস-রোগ বা হাঁপানি আরম্ভ হইবার বয়স বাল্যকাল হইতে ২৫।৩০ বৎসর পর্য্যন্ত। বৃদ্ধ বয়সে এক প্রকার শ্বাস জন্মে, উহার কারণ প্রায়ই হৃদ্‌যন্ত্রের রোগ (Heart Disease)। এস্থলে সাধারণ শ্বাসরোগের চিকিৎসাই বলা হইবে—হৃৎ-পিণ্ড রোগের চিকিৎসা বলা হইবে না।

সকল প্রকার শ্বাস-রোগেই অধিক গরম করা কর্ত্তব্য নহে, বরং সর্দ্দি যাহাতে সরল থাকে সেরূপ ভাবে নিত্য স্নানাদি করা আবশ্যক। হাঁপানির বৃদ্ধি প্রায় শীতকালে ও রাত্রিতেই অধিক হয়। এই রোগে রাত্রিতে খই-দুধ বা দুধ-সাগু প্রভৃতি লঘু-ভোজন প্রশস্ত। শ্বাস রোগ প্রধানতঃ শ্বাস নলিকাগুলি আশ্রয় করিয়া উৎপন্ন হইলেও সাধারণতঃ পাকস্থলীর দোষ উহার অন্যতম প্রধান কারণ। এই কথাটি স্মরণ রাখা এবং যাহাতে

সামান্য অজীর্ণও না হয় এরূপ ভাবে আহারাদি করা শ্বাসরোগী মাত্রেরই নিতান্ত কর্ত্তব্য।

ঔষধাদি—১। ধুতুরার ফল, শাখা ও পত্র একত্র কুটিয়া শুখাইয়া চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ অল্প পরিমাণে অগ্নির উপর দিয়া তাহার ধূম লইলে অথবা চুরুটের ন্যায় সাজিয়া ধূম পান করিলে প্রবল শ্বাস তৎক্ষণাৎ প্রশমিত হয়।

২। দুইটী মাটীর সরার মধ্যে কয়েকটী ময়ূর পুচ্ছের 'চাঁদ' রাখিয়া পাতলা কাপড় ও মাটীর লেপ দিয়া সরা দুইটী ঘুঁটের পোড়ে দগ্ধ করিবে, পরে ঐ চূর্ণ ৪ রতি মাত্রায় সমান ভাগ ছোট-পিপুল চূর্ণ ও মধুর সহিত প্রত্যহ দুইবার সেবন করিতে দিবে। এই মুষ্টিযোগটী প্রবল শ্বাস-রোগেও বিশেষ উপকারী।

৩। পুরাতন গুড় ১ তোলা এবং খাঁটি সরিষার তৈল ১ তোলা একত্র মিশাইয়া প্রত্যহ সায়ংকালে ২১ দিন পর্য্যন্ত সেবন করিলে পুরাতন শ্বাসরোগেও উপকার হয়।

৪। বিল্ব-পত্র, বাকস পাতা, বামুন-হাটী, কুড়, জটামাংসী ও কণ্টিকারী—ইহাদের সমষ্টি দুই তোলা যথাবিধি পাচন পাক করিয়া পিপুল-চূর্ণ ।৵০ আনা প্রক্ষেপ দিয়া সেবন করিলে শ্বাস-রোগে সবিশেষ ফল পাওয়া যায়।

৫। নিম্ন-লিখিত মুষ্টিযোগটী শুনিতে ঘৃণিত হইলেও শ্বাস-রোগে বিশেষ উপকারী।

দুইটী আরসুলা একসের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধসের থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া ফেলিবে। এই অর্দ্ধসের জল, অম্ল কাঁজি,

লেবুর রস ও মিছরি সহ মিশাইয়া রাখিয়া দিবে। এই জল এক ছটাক মাত্রায় দুই ঘণ্টা অন্তর পান করাইলে শ্বাস-রোগে বিশেষ উপকার হয়। লেবুর রসের পরিবর্ত্তে ঐ অর্দ্ধ সের জল শীতল হইবার পূর্ব্বে তাহাতে কিঞ্চিৎ চা ফেলিয়া দিয়া ১০ মিনিট পরে ছাঁকিয়া রাখিলেও চলে এবং প্রতি বারে অল্প দুগ্ধ ও চিনি মিশাইয়া ঐরূপ পান করান যাইতে পারে। কথিত আছে, এই মুষ্টি-যোগটী স্বর্গীয় ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগর মহাশয়ের আবিষ্কৃত।

৬। বেলছাল, শোনাছাল, পারুলছাল, গামারছাল, গনিয়ারী ছাল, কণ্টিকারী, বামনহাটী ও হরীতকী—এই আটটী দ্রব্য মিলিত ২ তোলা বিধিমত পাচন পাক করিয়া প্রত্যহ একবার বা দুইবার খালিপেটে পান করিলে শ্বাসরোগে বিশেষ উপকার হয়।

বায়ু-রোগ।

হিষ্টিরিয়া বা মূর্চ্ছা

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাবলী—হিষ্টিরিয়া বা মূর্চ্ছা-রোগ সাধারণতঃ স্ত্রীলোকদিগেরই অধিক হয়,—পুরুষেরও হইতে পারে। এই রোগের মূল মনের দুর্ব্বলতার সহিত দুঃখ বা ক্ষোভ

প্রভৃতি। ইহা দেখিতে ভয়ানক হইলেও মারাত্মক ব্যাধি নহে। এই রোগে মৃগী রোগের ন্যায় রোগিণীর জলে বা আগুনে পড়িবার আশঙ্কা নাই। ইহাতে মূর্চ্ছা প্রায়ই অনেকক্ষণ থাকে—হাত মুঠা হয় ও দাঁতি লাগিয়া যায়। চেতন হইবার পূর্ব্বে রোগিণী সময়ে সময়ে কিছুক্ষণ কাঁদে বা চীৎকার করে ও কখন কখন কাঁপিতে থাকে, কখন বা ভূতগ্রস্তের মত অদ্ভুত লক্ষণ দেখা যায়; কিন্তু এ সমস্তই হিষ্টিরিয়ার লক্ষণ—ইহাতে ভয়ের কারণ নাই। অনেকস্থলেই স্ত্রীলোকের রজোদোষের জন্যও হিষ্টিরিয়া রোগ হইতে দেখা যায়। সেরূপ স্থলে বাধক বা রজোদোষেরও চিকিৎসা করা আবশ্যক।

মৃগী রোগে মূর্চ্ছা যেখানে সেখানে হইতে পারে, উহা শীঘ্র ভাঙ্গে এবং রোগীর মুখে ফেনা উঠিতে থাকে এবং রোগী প্রায়ই জিহ্বা কামড়াইয়া রক্তারক্তি করিয়া ফেলে।

সাধারণ ব্যবস্থা—হিষ্টিরিয়ার মূর্চ্ছা ভাঙ্গিবার জন্য বা দাঁতি খুলিবার জন্য ব্যস্ত হওয়া বা বল প্রয়োগ করা অনুচিত। অধিকক্ষণ মূর্চ্ছিত থাকিলেও কোন ভয় নাই—কিছুক্ষণ পরে আপনিই চৈতন্য হয়। বড় জোর ২।৪ বার চোখে জলের ছিটা দেওয়া যাইতে পারে এবং মূর্চ্ছা ভাঙ্গিবার জন্য নিম্নলিখিত দুইটী মুষ্টি-যোগের মধ্যে যে কোন একটী প্রয়োগ করা যাইতে পারে। রোগ প্রতীকারের জন্য নিম্নে কয়েকটী মুষ্টি-যোগ পৃথক্‌ভাবে লেখা হইল, কিন্তু এই রোগের বিশেষত্ব এই যে রোগিণীর প্রতি অধিক আদর যত্ন দেখাইলে রোগ কিছুতেই সারে না। একথা সর্ব্বদা স্মরণ রাখিবে। হলুদ, মরিচ বা কাগজ পোড়ার

ধূম দিলেও অনেক সময়ে মূর্চ্ছা ভঙ্গ হয়। এই রোগে বাধকের ও দুর্ব্বলতার উপযুক্ত চিকিৎসা করিয়া মূর্চ্ছার বিষয়ে উপেক্ষা প্রকাশ করাই যুক্তিসঙ্গত।

ঔষধাদি।—মূর্চ্ছা ভাঙ্গাইবার জন্য—১। নিশাদল চূর্ণ ও চূণ সমভাগে মিশাইয়া তাহা (কিম্বা Smelling Salt) নাসিকার নিকট ধরিলে উহার তীব্র গন্ধে প্রায়ই রোগিণীর চৈতন্য হয়। কিন্তু এই ঔষধ অধিকক্ষণ নাসিকার সম্মুখে ধরিবে না।

২। তুলসী পাতার রসের সহিত গোল-মরিচের সূক্ষ্ম চূর্ণ মিশাইয়া নস্য প্রয়োগ করিলে প্রায়ই সদ্যঃ চৈতন্য হয়।

৩। আপাং মূল ও গোলমরিচ সমভাগে চূর্ণ করিয়া কাপড়ে চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণের নস্য প্রয়োগ করিলেও আশ্চর্য্য উপকার হয়।

রোগ আরোগ্যের জন্য—১। জটা-মাংসী একতোলা, এক ছটাক জলে রাত্রিতে ভিজাইয়া পরদিন প্রাতঃকালে ছাঁকিয়া মিছরী সহযোগে প্রত্যহ পান করিলে পীড়ার শান্তি হয়।

২। কচি আপাং'এর মূল ।০ আনা পরিমাণ, ৩।৪টী গোল-মরিচ সহ ৭ দিন পর্য্যন্ত প্রত্যহ প্রাতঃকালে স্নানান্তে জলসহ বাটিয়া খাইলে এই রোগে অসাধারণ উপকার হয়।

৩। উৎকৃষ্ট মকরধ্বজ বা রস-সিন্দূর অর্দ্ধ রতি এবং মৃগনাভি দেড় রতি প্রত্যহ সায়ং-কালে জটা-মাংসীর জল বা ত্রিফলা ভিজার জল ও মধুসহ সেবন করিলে এই পীড়ায় বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—হিষ্টিরিয়া বা মূর্চ্ছা রোগে শাস্ত্রোক্ত

"রসরাজ রস," "কৃষ্ণ চতুর্ম্মুখ" প্রভৃতি ঔষধ এবং তৎসহ বাধকের জন্য ঋতুকালে কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "কল্যাণারিষ্ট" অসামান্য ফলপ্রদ।

আমবাত বা বাত-বেদনা।

(Rheumatism)

সাধারণ ব্যবস্থা—প্রবল জ্বরের সহিত সার্ব্বাঙ্গিক বাত হইলে মুষ্টি-যোগ-চিকিৎসা না করিয়া উপযুক্ত চিকিৎসকের হস্তে চিকিৎসা ভার দিবে। সিফিলিস বা গর্ম্মি-পীড়া এবং গণোরিয়া হইতে যে দারুণ বাতবেদনা জন্মে, তাহার জন্য আমাদের "মহানন্তারিষ্ট" সেবন সুপ্রশস্ত। এতদ্ভিন্ন সাধারণ বাত-বেদনার জন্য নিম্নলিখিত মুষ্টি-যোগগুলি সমধিক উপকারী।

ঔষধাদি—খাইবার ঔষধ—১। বাত-বেদনার সহিত কোষ্ঠবদ্ধতা থাকিলে দশমূল পাচনের সহিত দুই তোলা পরিমাণ বিশুদ্ধ রেড়ির তৈল মিশাইয়া ২।৩ দিন পর্য্যন্ত প্রত্যহ প্রাতঃকালে সেবন করিলে বিশেষ উপকার হয়।

২। রাস্না, নিম-গুলঞ্চ, সোঁদালের আটা, দেবদারু, গোক্ষুর, এরণ্ড-মূল ও পুনর্নবা মিলিত দুই তোলা যথাবিধি অর্দ্ধসের জলে চড়াইয়া অর্দ্ধপোয়া থাকিতে নামাইয়া ।০ আনা শুঁঠ-চূর্ণ প্রক্ষেপ দিয়া প্রত্যহ দুইবার পান করিবে,—ইহাতে জঙ্ঘা, ঊরু, পার্শ্ব,

কটি এবং পৃষ্ঠের দারুণ বাত-বেদনা নিবারিত হয়। জোলাপ দেওয়া আবশ্যক হইলে এই পাচনের সহিত অর্দ্ধ তোলা এরণ্ড-তৈল মধ্যে মধ্যে মিশাইয়া দিবে।

৩। একটী রসুন খণ্ড খণ্ড করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া অল্প লেবুর রস ও লবণ মিশাইয়া লইবে। এই রসুন ভাজা প্রত্যহ আহারের পূর্ব্বে অর্দ্ধেক বা সমস্তটী খাইলে বাত-বেদনার সমধিক উপকার হয়। অভ্যাস হইলে ক্রমে ক্রমে প্রত্যহ দুইটী তিনটী বা ততোধিক রসুন এইরূপে খাওয়া যাইতে পারে।

৪। কাঁচা সোঁদাল-পাতা ২ তোলা সরিষার তৈলে ভাজিয়া আহারের সহিত কিম্বা অল্প কাঁজি সহযোগে খাইলে বাত-বেদনার উপশম হয়।

৫। বৈশ্বানর চূর্ণ—সৈন্ধব লবণ ২ তোলা, জোয়ান ২ তোলা, বন-জোয়ান ৩ তোলা, শুঁঠ ৫ তোলা এবং হরীতকী ১২ তোলা, একত্র সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ প্রত্যহ দুইবার বা তিনবার ৵০ আনা হইতে ।০ আনা পরিমাণে কাঁজি বা গরম জলসহ সেবন করিলে বাত-বেদনার সদ্যঃ উপশম হয়।

লাগাইবার ঔষধ—১। বাগা-ভেরেণ্ডার মূল, তিশি এবং শণ-বীজ একত্র কাঁজির সহিত বাঁটিয়া গরম করিয়া কাপড়ের পুঁটুলির দ্বারা স্বেদ দিলে বাত-বেদনায় সমধিক উপকার হয়। কেবল ভাজা বালির স্বেদ দিলেও সাধারণ বাত-বেদনার শান্তি হয়।

২। কণ্টিকারী, সজিনার মূল ও উই-মাটী সমানভাগ একত্র গোমূত্রে বাঁটিয়া গরম করিয়া প্রলেপ দিলে সন্ধি-গত বাত-বেদনার নিবারণ হয়।

৩। সমান ভাগ সজিনার ছাল, সৈন্ধব-লবণ ও রসুন রেড়ির তৈলে ভাজিয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই তৈল মর্দ্দনে বাতের বেদনা অনেক সময়ে সত্বর আরোগ্য হয়।

৪। মালকাঙ্গনী ও কুচিলা গো-মূত্রে সিদ্ধ করিয়া বেশ নরম হইলে ঐ গো-মূত্রের সহিত বাঁটিয়া মিশাইয়া লইবে। পরে উহাতে খাঁটী সরিষার তৈল সমান ভাগে মিশাইয়া সিদ্ধ করিবে, তৈল মাত্র অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই তৈল মর্দ্দন বাত বেদনায় আশ্চর্য্য ফলপ্রদ।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—সকল প্রকার বাত-বেদনায় সেবনার্থ শাস্ত্রোক্ত "মহারসোনপিণ্ড" "যোগরাজ গুগ্‌গুলু" এবং মর্দ্দনার্থ আমাদের "মাক্ষিকাদ্যতৈল" মহোপকারী।

মুখ-রোগ ও দন্ত-রোগ।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—মুখ-রোগ ও দন্ত-রোগ নানাবিধ। তন্মধ্যে মুখের ও জিহ্বার ক্ষত এবং দাঁতের গোড়ায় পূঁয, দন্ত-শৈথিল্য, দন্ত-শূল, ক্রিমিদন্ত (পোকা খাওয়া দাঁত) এবং দাঁতের মাড়ির ২।৩ প্রকার রোগের বিষয় এস্থলে বর্ণিত হইবে। মুখের ও জিহ্বার ক্ষত—অজীর্ণ বা অম্বলের দোষে, শোণিত বিকৃতির জন্য, অতিরিক্ত ঝাল বা টক খাওয়ার জন্য এবং দাঁতের গোড়ার রোগ হইতে হইয়া থাকে। দুগ্ধের দোষে এবং মুখ পরিষ্কার না রাখার জন্য শিশুদিগের প্রায়ই মুখে ঘা হয়। ক্রিমি-

দন্ত ও দন্ত-শূল প্রায় অতিরিক্ত অম্ল খাওয়ার জন্য হইয়া থাকে। দাঁতের গোড়ার শৈথিল্য এবং প্রায়ই পুঁষ বা রক্তপড়া দাঁতের অযত্ন ও পুরাতন অজীর্ণ, পারার দোষ প্রভৃতি কারণে হয়।

সাধারণ ব্যবস্থা—মুখের ক্ষতাদি যে কারণে উৎপন্ন হইয়াছে মনে হইবে, উহা সর্ব্ব প্রথমে নিবারণ করা একান্ত আবশ্যক। দাঁত ও মুখ সর্ব্বদা পরিষ্কার রাখা, যাহাতে অজীর্ণ না হয় তাহার উপায় করা এবং সর্ব্বদা কোষ্ঠ-শুদ্ধি থাকে—এরূপ উপায় করা অবশ্য কর্ত্তব্য। উৎকৃষ্ট মাজন ও বুরুষ বা দাঁতন দ্বারা উত্তমরূপে প্রত্যহ দাঁত মাজা সকলেরই কর্ত্তব্য। কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগের সহিত মুখের ক্ষতাদি বর্ত্তমান থাকিলে তজ্জন্য পৃথক্ লিখিত ব্যবস্থামত চিকিৎসা করিবে। সাধারণ স্থলে নিম্নলিখিত মুষ্টি-যোগগুলি বিশেষ উপকারক।

ঔষধাদি।—মুখের ও জিহ্বার ক্ষতের জন্য—

১। রসোৎ অর্দ্ধ তোলা ও ফটকিরি ৵০ আনা পরিমাণ—এক-পোয়া উষ্ণ-জলে গুলিয়া শীতল হইলে তদ্দ্বারা প্রত্যহ ৩।৪ বার কুলকুচা করিবে। কেবল ফটকিরি ৶০ আনা একপোয়া জলে মিশাইয়া কুলকুচা করিলেও উপকার হয়।

২। জনক-পুরী খয়ের এক তোলা, বাবলা-ছাল দুই তোলা এবং জামের ছাঁল এক তোলা—একসের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধসের থাকিতে নামাইয়া তদ্দ্বারা কুলকুচা করিলেও বিশেষ উপকার হয়।

৩। ভেড়ার দুগ্ধ বা ঘৃত লাগাইলে মুখের ক্ষতাদিতে আশ্চর্য্য উপকার পাওয়া যায়।

৪। চামেলী পাতা জলে বাঁটিয়া ঘৃতে ভাজিয়া সেই ঘৃত ছাঁকিয়া রাখিবে। এই ঘৃত মুখের ক্ষতের প্রসিদ্ধ ঔষধ।

৫। শিশুদের মুখের ভিতর সাদা সরের ন্যায় পড়িয়া এক প্রকার মুখক্ষত হয়, তাহা সহজে সারে না। এরূপ স্থলে গরম জলে পরিষ্কার বস্ত্র খণ্ড ভিজাইয়া প্রতিবার দুগ্ধ পানের পর মুখের ভিতর পরিষ্কার করিবে এবং সোহাগার খৈ ।০ আনা পরিমাণ অর্দ্ধ তোলা মধুসহ মিশাইয়া প্রত্যহ ২।৩ বার তুলী করিয়া মুখের ভিতর উত্তমরূপে লাগাইবে।

দন্ত রোগের জন্য—১। দন্তের শৈথিল্য থাকিলে—আকরকরা বচ, মাজু-ফল, লবঙ্গ, দারুচিনি, শুপারি-পোড়া ইহাদের সূক্ষ্মচূর্ণ প্রত্যেক ১ তোলা ও কপূর ৴০ আনা পরিমাণে একত্র মিশাইয়া রাখিবে। এই চূর্ণ দ্বারা প্রত্যহ দুইবার দাঁতের বুরুষ বা নিমের দাঁতন দ্বারা দন্ত-মার্জ্জন করিলে দন্তমূল দৃঢ় হয় এবং মুখের দুর্গন্ধ নিবারিত হয়।

২। দন্ত-মূলের শৈথিল্য, অত্যন্ত কোমলতা ও রক্ত পড়া থাকিলে—মুখ-ক্ষতের জন্য উপরি লিখিত ২ নং মুষ্টি-যোগ ব্যবহার্য্য।

৩। ক্রিমি-দন্ত (Carious tooth) বা দন্ত-শূলের জন্য লবঙ্গের তৈল বা দারুচিনির তৈল ৩।৪ ফোঁটা সূক্ষ্ম তুলায় লাগাইয়া দাঁতের ছিদ্রের মধ্যে খড়িকা দ্বারা প্রবেশ করাইলে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়। সমস্ত তুলাটুকু দন্তের ছিদ্রের মধ্যে প্রবেশ করান বিশেষ আবশ্যক। অধিক যন্ত্রণা থাকিলে প্রত্যহ ২ বার নচেৎ ২।৩ দিন অন্তর একবার এরূপ করিলে

যন্ত্রণার বিশেষ উপশম হয় এবং জল বা শীতল বায়ু স্পর্শে কষ্ট হয় না।

৪। ছাতিমের আঠা বা আকন্দের আঠাতে নূতন পরিষ্কার তুলা ভিজাইয়া ক্রিমি-দন্ত রোগে দন্ত-ছিদ্র পূরণ করিলেও যন্ত্রণার উপশম হয়। এই সকল উপায়ে প্রতিকার না হইলে উপযুক্ত "দন্ত চিকিৎসকের" শরণাপন্ন হইবে।

৫। 'তম্বূল' নামে গোল-মরিচের ন্যায় একপ্রকার সুগন্ধি মশলা বেনের দোকানে পাওয়া যায়। উহা সূক্ষ্ম চূর্ণ করিয়া মুখে ধারণ করিলে কিম্বা ঐ চূর্ণ দুই তোলা অর্দ্ধ সের জলে সিদ্ধ করিয়া ছাঁকিয়া সেই জল বারম্বার কুলকুচা করিলে দাঁতের গোড়ার বেদনা এবং ক্রিমি-দন্ত-জনিত দন্ত-শূল সত্বর নিবারিত হয়।

৬। দাঁতের গোড়া পাকিলে কিম্বা 'জ্ঞান-দন্ত' (আক্কেল দাঁত) বাহির হইবার পূর্ব্বে দাঁতের মাড়ির শেষভাগে বেদনা ও কাঠিন্য হইলে উত্তম ধারাল ছুরি, ফুটন্ত জলে ৫ মিনিট কাল ডুবাইয়া লইয়া, তদ্দারা দাঁতের মাড়ির ঐ স্থান উত্তমরূপে চিরিয়া দিবে এবং পরে ২।৩ দিন পর্য্যন্ত পূর্ব্বোক্ত তম্বূল সিদ্ধ জলের কুলকুচা করাইবে।

৭। কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের আবিষ্কৃত "কল্পতরু দন্ত-মঞ্জন" দন্তমার্জ্জনের জন্য এবং "বব্বুলাদি কষায়" মুখ শোধনের জন্য উত্তম ফলপ্রদ ঔষধ।

কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগ।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—অপরিষ্কার বা ধূম ও ধূলি সঙ্কুল স্থানে বাস, আবদ্ধ গৃহে ব্যায়াম, অতিরিক্ত শৈত্য লাগান প্রভৃতি কারণে কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগ জন্মে। নূতন অবস্থায় কণ্ঠ-রোগ হইলে আলজিভ্ বড় হয়, গলার ভিতরের দুই পার্শ্বের গ্রন্থি (Tonsil) ফোলে এবং গলার ভিতর ছোট ছোট ব্রণের ন্যায় দেখা যায় এবং বাহিরের গ্রন্থি (Glands) গুলি ফোলে। পুরাতন অবস্থায় গলার ভিতরে অসংখ্য ব্রণ ও প্রদাহ হয়। এই রোগের প্রধান লক্ষণ নাক দিয়া সর্ব্বদা সর্দ্দি-পড়া, শুষ্ক কাসি, গলার মধ্যে অস্বাস্থ্য বোধ এবং মনের অবসন্নতা প্রভৃতি। দরিদ্র লোকের মধ্যে ছোট ২ বালকদের এবং ঘন বসতি-যুক্ত স্থানের নিবাসী উকিল, মোক্তার, শিক্ষক প্রভৃতির মধ্যে এই রোগ প্রায়ই দেখা যায়। এই রোগে সাধারণতঃ অত্যন্ত স্বাস্থ্যভঙ্গ হইয়া থাকে।

সাধারণ ব্যবস্থা—প্রত্যহ দুই বেলা বিশুদ্ধ বায়ু সেবন, প্রত্যহ স্নান এবং প্রচুর বলকর সুপথ্য সেবন একান্ত আবশ্যক। ঘন বসতি-যুক্ত স্থান কিছু দিনের জন্য ত্যাগ করাই বাঞ্ছনীয়। নিম্নলিখিত মুষ্টি-যোগগুলি বিশেষ ফলপ্রদ।

১। অর্দ্ধ সের গরম জলে অর্দ্ধ ছটাক চা ও ৪।৫টী লবঙ্গ ফেলিয়া ১০ মিনিট কাল মুখ বন্ধ করিয়া রাখিয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই জল মুখে লইয়া উত্তমরূপে কুলকুচা করিবে,—যেন গলার ভিতর পর্য্যন্ত ধোয়া হয়। এই জল ঈষদুষ্ণ অবস্থায় একটী

চামচ বা ঝিনুকের দ্বারা নাকের ভিতরেও ধীরে ধীরে ঢালিবে। ঔষধ নাকের ভিতর দিয়া গলায় আসিলে কুলকুচা করিয়া ফেলিবে। প্রত্যহ ২।৩ বার এইরূপ করিলে কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগে বিশেষ উপশম দেখা যায়।

২। দারু-হরিদ্রা, নিম-ছাল, রসোৎ ও ইন্দ্র-যব প্রত্যেকে এক তোলা এক সের জলে চড়াইয়া এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই পাচন দ্বারা পূর্ব্ববৎ কুলকুচা করিলে ও নাসিকা ধুইলে কণ্ঠ-রোগে যথেষ্ট উপকার হয়।

৩। মুখ-ক্ষতের জন্য পূর্ব্বে লিখিত ১।২নং মুষ্টি-যোগ ব্যবহারেও এই রোগে সুন্দর ফল পাওয়া যায়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—মুখ-রোগ, কণ্ঠ-রোগ ও নাসা-রোগে আমাদের "বব্বুলাদি কষায়" নামক ধুইবার ঔষধ ব্যবহারে সত্বর অসাধারণ ফল পাওয়া যায়। পীড়া পুরাতন হইলে "কল্পতরু রসায়ন" বা "জীবনারিষ্ট" বা চ্যবনপ্রাশ খাওয়া আবশ্যক।

কর্ণ-রোগ।

সংক্ষিপ্ত লক্ষণাদি—নাপিতের নিকট কাণ দেখান বা সর্ব্বদা কাণ খোঁটা, অতিরিক্ত ঠাণ্ডা লাগান, অপরিচ্ছন্নতা ইত্যাদি কারণে কাণে পূঁয পড়া, ব্রণ, কর্ণ-মূল প্রভৃতি রোগ হয়। পুরাতন কর্ণ-রোগেও কাণের পটহে ছিদ্র হইয়া যায়। তাহার কারণ এই যে কর্ণ-পটহের পশ্চাদ্ভাগ এক একটী স্বাভাবিক

নল দ্বারা গলবিবরের সহিত সংযুক্ত, গলার মধ্যে ক্ষতাদি হইলে সেই দোষ কর্ণ-পটহ পর্য্যন্ত সংক্রমিত হয়। সেইরূপ স্থলে কাণে সর্ব্বদা পূঁয পড়ে এবং ক্রমে বধিরতা জন্মে। কখন কখন শ্রবণেন্দ্রিয়ের নাড়ী (Nerve) বিকৃত হইয়া ও কর্ণ-রোগ জন্মে, উহার চিকিৎসা সুকঠিন।

সাধারণ ব্যবস্থা—যে কোনরূপ কর্ণ-পীড়া হইলে তাহার মূল কারণ নির্ণয় করা আবশ্যক, নচেৎ চিকিৎসা ঠিক হয় না। পুরাতন স্থলে পরীক্ষা করিয়া রোগের চিকিৎসা করিবে এবং কাণ প্রত্যহ ধুইবে। সকল স্থলেই কাণে পূঁয পড়া থাকিলে প্রত্যহ একবার বা দুইবার নিম্নলিখিত উপায়ে বা জল-মিশ্রিত "বব্বুলাদি কষায়' দ্বারা কাণ পিচকারী যোগে ধুইবে। কিম্বা ঐজলে তুলী ভিজাইয়া কাণ মুছিয়া লইবে। কিন্তু অপরিষ্কার জল কিম্বা অপরিষ্কার পিচকারী বা পাত্র কদাচ ব্যবহার করিবে না, পূঁয পড়া থাকিলে তুলা দিয়া কাণ বন্ধ রাখা নিষিদ্ধ. তাহাতে পূযস্রাব ভিতরে আবদ্ধ থাকিয়া অনিষ্ট করে।

প্রতিষেধ—নাপিতের নিকট কাণ দেখান, কাণে সর্ব্বদা কাঠি দেওয়া এবং গলার ক্ষতাদির উপেক্ষা করা প্রায়ই কর্ণ রোগের কারণ, অতএব এই সকল বিষয়ে সাবধান হইবে।

ঔষধাদি—১। দারুহরিদ্রা দুই তোলা—অর্দ্ধসের ফুটন্ত জলে মিশাইয়া ছাঁকিয়া লইয়া সেই জল দ্বারা পিচকারী দিয়া কাণ ধুইলে পূঁয পড়া সত্বর নিবারিত হয়।

২। নিমপাতা-সিদ্ধ জলে অল্প লবণ মিশাইয়া তদ্দ্বারা কাণ ধুইলেও উপকার পাওয়া যায়।

৩। মুখ-রোগ প্রকরণে লিখিত ২নং মুষ্টি-যোগ ব্যবহারেও বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

৪। অর্দ্ধপোয়া খাঁটী সরিষার তৈলে অর্দ্ধ ছটাক টাট্‌কা শামুকের মাংস ভাজিয়া ছাঁকিয়া লইবে। কাণ ধুইবার পর, এই তৈল প্রত্যহ ৪।৫ ফোঁটা কাণে দিলে পুরাতন পূঁয পড়া প্রায়ই নিবারিত হয়।

৫। কাণে হঠাৎ বেদনা বা শূল হইলে আকন্দের পাকা পাতা ঘৃত বা সরিষার তৈল মাখাইয়া ঝলসাইয়া রস বাহির করিয়া সেই রস কাণে দিবে। কিম্বা পেঁয়াজের রস ছাঁকিয়া গরম করিয়া কাণে পূরণ করিবে। ইহাতে সত্বর যন্ত্রণার উপশম হয়।

৬। নিষিন্দা পাতার রস গরম করিয়া তাহাতে ১ রতি পরিমাণ আফিং গুলিয়া কর্ণে পূরণ করিলে কর্ণশূলের সত্বর উপশম হয়। গোমূত্র গরম করিয়া প্রয়োগেও ঐরূপ ফল হয়।

৭। কাণের মধ্যে ব্রণ হইলে ধুতুরাপাতার রস গরম করিয়া কাণের বাহিরে প্রলেপ লাগাইবে এবং নিমপাতার রস গরম করিয়া কাণের মধ্যে ২।৩ বার অল্প অল্প করিয়া দিবে।

চক্ষুঃ-রোগ।

চক্ষুঃ রোগ অনেক প্রকার। তন্মধ্যে চক্ষুঃ উঠা, চক্ষুর চুলকানি, রাত্রিতে না দেখা (রাত-কাণা) এবং চক্ষুতে আঘাত লাগা—এই কয়টী সহজ রোগের মুষ্টি-যোগ এস্থলে লিখিত হইল। বড় চক্ষুঃ রোগের জন্য উপযুক্ত চিকিৎসক দেখাইবে।

সাধারণ ব্যবস্থা—চক্ষুঃ উঠা ও চক্ষুর চুলকানি বিশেষ সংক্রামক—সেজন্য এই সকল পীড়ায় রোগীর নিজের ও অপর সকলের সাবধানতা বিশেষ আবশ্যক। রোগী যাহাতে চক্ষুঃ রগড়াইয়া অপরের কাপড় বা গামছা স্পর্শ না করে এবং স্পর্শ করিলে ঐ দ্রব্য যাহতে সাবান ও গরম জলে অবশ্য কাচিয়া ফেলা হয়, সে দিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখিবে। চক্ষুঃতে আলোক সহ্য না হইলে চক্ষুর উপর নীল কাপড়ের পরদা বা নীল চশমা ব্যবহার করিবে। চক্ষুর ক্লেদ বা পূঁয পড়া থাকিলে রাত্রিতে চক্ষুঃ বাঁধিয়া রাখা নিতান্ত অনিষ্টকর। চক্ষুঃ উঠিলে চক্ষুঃ যাবৎ ভাল না হয়, তাবৎ স্নান করা নিষিদ্ধ। রাত্র্যন্ধ বা রাতকানা রোগে প্রচুর বলকর আহার এবং মাথায় সুশীতল তৈলাদি মাখা নিতান্ত আবশ্যক।

ঔষধাদি—চক্ষুঃ উঠিলে—১। উৎকৃষ্ট রসোৎ ৵০ আনা পরিমাণ (উৎকৃষ্ট রসোৎ না পাওয়া গেলে বাজারের রসোৎ কিনিয়া অল্প গরম জলে গুলিয়া ছাঁকিয়া মৃদু অগ্নি সন্তাপে আফিমের ন্যায় শুকাইয়া লইবে) এবং স্তন-দুগ্ধ একত্র গুলিয়া প্রত্যহ ৩।৪ বার চক্ষুঃতে ৫ ফোঁটা করিয়া দিবে এবং প্রত্যহ ২ বার বা ৩ বার লোধের জল দ্বারা নিম্নলিখিত নিয়মে চক্ষুঃ ধুইবে। এরূপ করিলে চক্ষুঃ উঠা সত্বর নিবারিত হয়।

লোধ অর্দ্ধ তোলা সূক্ষ্ম-চূর্ণ করিয়া অর্দ্ধপোয়া পরিষ্কার গরম জলে অর্দ্ধঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিবে পরে ঐ জল ছাঁকিয়া উহা দ্বারা চক্ষুর ভিতর পর্য্যন্ত ভাল করিয়া ধুইবে। একটী ছোট কাচের গ্লাসে বা ঝিনুকে উক্ত জল লইয়া তাহার মধ্যে চোখ

চাহিলে এবং ঐ গ্লাস বা ঝিনুক চক্ষুর উপর ধরিয়া মাথা উঁচু নীচু করিলে চক্ষুঃ সহজেই ধৌত করা যায়।

২। কাঁচা আমলকী পরিষ্কার খলে বা নূতন শিলে ছেঁচিয়া তাহার রস বাহির করিয়া তদ্দারা পূর্ব্বোক্ত রূপ চক্ষুঃ ধুইলেও চক্ষুঃ-উঠার যন্ত্রণা উপশমিত হয়।

৩। সৈন্ধব-লবণ, দারু-হরিদ্রা, গেরি মাটি, হরীতকী ও রসাঞ্জন একত্র পেষণ করিয়া চক্ষুর বাহিরে প্রলেপ দিলে চক্ষুঃ উঠা, জলপড়া প্রভৃতি আরাম হয়।

৪। বাকস-মূলের ছাল, হরীতকী, নিম-ছাল, আমলকী, মুথা বহেড়া ও পল্‌তা মিলিত ২ তোলা, ১ সের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধসের থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই জল দ্বারা চক্ষুঃ ধুইলে চক্ষুর ফুলা, জলপড়া প্রভৃতি নষ্ট হয় এবং দৃষ্টি-শক্তি বর্দ্ধিত হয়।

৫। একটী আস্ত পাতি-লেবুর এক দিক কতকদূর পর্য্যন্ত চারি ভাগে চিরিয়া তাহাতে সূক্ষ্ম হরিদ্রা-চূর্ণ ও লোহা-চূর পূরণ করিবে। ঐ লেবু চারিপুরু পরিষ্কার পাতলা কাপড়ে বাঁধিয়া নিকটে রাখিবে এবং সর্ব্বদা উহা দ্বারা চক্ষুঃ মুছিবে। প্রতিবার চক্ষুঃ মুছিবার সময় লেবুটা ঈষৎ টিপিয়া লইবে—যেন উহার রস ঔষধ মিশ্রিত হইয়া চক্ষুর ভিতরে প্রবেশ করে। এই মুষ্টি-যোগটী চক্ষুঃ উঠা রোগে মহোপকারী।

চক্ষুর পাতার মূলে চুলকানি হইলে—১। একখানি পরিষ্কার নেকড়া তামার থালের উপরে রাখিয়া তাহাতে অগ্নি-সংযোগ করিবে, উহা পুড়িয়া ছাই হইলে ১০।১৫ ফোঁটা খাঁটি

সরিষার তৈল মিশাইয়া তাম্রপাত্রের উপর ১০ মিনিটকাল পর্য্যন্ত ঐ ছাই ও অল্প সরিষার তৈল,একরতি কর্পূর মিশাইয়া হাত দিয়া রগড়াইবে। উত্তম নিষ্পন্ন হইলে একটী আবৃত পাত্রে তুলিয়া রাখিবে। এই মলম দ্বারা প্রত্যহ ২।৩ বার অঞ্জন করিলে চক্ষুর চুলকানি আরোগ্য হয়।

২। সূক্ষ্ম কর্পূর চূর্ণ বটের দুগ্ধের সহিত মিশ্রিত করিয়া চক্ষুতে অঞ্জন করিলে চক্ষুর পাতার চুলকানি নিবারিত হয়।

৩। কেবল ত্রিফলার জল দ্বারা প্রত্যহ চক্ষুঃ ধৌত করিলেও চক্ষুর চুলকানি প্রভৃতি নিবারিত হয় এবং দৃষ্টি-শক্তি বৃদ্ধি প্রাপ্ত হয়।

রাত-কাণা রোগে—১। টাট্‌কা গোবরের রস ৫ বিন্দু অল্প স্তন দুগ্ধের সহিত মিশাইয়া প্রত্যহ দুইবার চক্ষুতে অঞ্জন করিলে বিশেষ উপকার হয়।

২। একটী জোনাকী পোকা এক টুকরা পাকা কলার মধ্যে পূরিয়া গিলিয়া খাইলে রাতকাণা রোগে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

৩। একমুঠা মেহেঁদি পাতা সন্ধ্যাবেলা অর্দ্ধপোয়া গরম জলে ভিজাইয়া রাখিবে। পরদিন প্রত্যূষে পাতাগুলি চট্‌কাইয়া ছাঁকিয়া ঐ জলের সহিত সমানভাগ কাঁচা দুধ মিশাইয়া পান করিবে। এইরূপ ২।৩ দিন করিলে রাত-কাণা রোগে আশ্চর্য্য উপকার পাওয়া যায়।

৪। এক খণ্ড ছাগলের যকৃৎ বা মেটের মধ্যে২।৩টী ছোট পিপুল পূরিয়া জলে সিদ্ধ করিবে। অল্প জল অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া

ঐ জলের সহিত মেটে ও পিপুল সূক্ষ্মভাবে পেষণ করিয়া লইবে। এই পিষ্ট পদার্থের অঞ্জন করিলে রাতকাণা রোগ দূর হয়। ছাগলের মেটে রাঁধিয়া খাইলেও এই রোগে উপকার হয়।

চক্ষুতে আঘাত লাগিলে—১। পরিষ্কার বস্ত্রখণ্ড শীতল জলে কিম্বা ঈষৎ হরিদ্রা-মিশ্রিত শীতল জলে ভিজাইয়া চক্ষুঃ বাঁধিয়া রাখিবে এবং ঐ জল সর্ব্বদা উহাতে সেচন করিবে। সাধারণতঃ এই উপায়েই চক্ষুর রক্ততা, বেদনা ও ফুলা নিবারিত হয়।

২। ফুলা বা বেদনা অধিক থাকিলে চক্ষু উঠা নিবারণের জন্য লিখিত ১ম বা ২য় মুষ্টি-যোগ ব্যবহার্য্য।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—চক্ষুর চিকিৎসাতে ব্যবহার্য্য জল স্বচ্ছ ও বিশুদ্ধ হওয়া বিশেষ আবশ্যক এবং পল্লীগ্রামে উহা অগ্নিতে ফুটাইয়া শোধন করিয়া লওয়া অবশ্য কর্ত্তব্য। চক্ষুঃ ধুইবার জন্য ব্যবহার্য্য জল, পাত্র, চক্ষুঃ বাঁধিবার বস্ত্র এবং তুলা প্রভৃতিও অতি স্বচ্ছ ও বিশুদ্ধ হওয়া আবশ্যক। চক্ষু ধুইবার জন্য কল্প-তরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "টঙ্কনাদি চক্রিকা" দ্বারা প্রস্তুত লোশন বা ত্রিফলা ভিজা জল উত্তম ঔষধ।

শিরোরোগ।

শিরোরোগ নানা প্রকার। তন্মধ্যে শিরঃপীড়া বা মাথাধরা ও শিরঃশূল এই দুইটীর জন্য কয়েকটী মুষ্টিযোগ এস্থলে লিখিত

হইবে। শিরঃপীড়াও নানা জাতীয় হইতে পারে। যে স্থলে জ্বর, কাস, চক্ষুঃ-পীড়া, কোষ্ঠবদ্ধতা প্রভৃতি কারণে শিরঃ-পীড়া উৎপন্ন হয়, সে স্থলে মূল রোগের প্রতীকার না করিলে কেবল শিরোরোগের চিকিৎসায় কোন ফল হয় না। বশেষতঃ কোষ্ঠ বদ্ধতা থাকিলে জোলাপ লওয়া অবশ্য কর্ত্তব্য। সাধারণ শিরঃ-পীড়ায় নিম্নলিখিত মুষ্টিযোগ গুলি উপকারী।

ঔষধাদি—১। আমলকী ও পদ্ম-ফুল পেষণ করিয়া ঘৃত-মিশ্রিত করিয়া মস্তকের উপর বা কপালে প্রলেপ দিলে শিরঃ-পীড়ার শান্তি হয়।

২। দুগ্ধের সহিত তিল পেষণ করিয়া ঈষদুষ্ণ করিয়া কপালে লেপ দিলে বাতপিত্ত-জন্য শিরোরোগে বিশেষ উপকার হয়।

৩। অনন্ত-মূল, সুঁদি-ফুল, কুড় ও যষ্টি-মধু কাঁজির সহিত পেষণ করিয়া অল্প ঘৃত মিশ্রিত করিয়া প্রলেপ দিলে 'সূর্য্যাবর্ত্ত' (যে শিরঃপীড়া সূর্য্যোদয়ের সহিত বাড়িতে থাকে) এবং 'আধ-কপালে' রোগে যন্ত্রণার বিশেষ উপশম হয়। কুড়, কুঁচলে রক্তচন্দন, চিনি, দারুচিনি সমানভাগে জল সহ বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও উপকার হয়।

৪। পূর্ব্বোক্ত দুই প্রকার শিরঃ-পীড়ায় নারিকেলের জল ও চিনি একত্র মিশাইয়া প্রত্যহ দুই তিনবার নস্য লইলেও যথেষ্ট উপকার হয়। প্রত্যূষে সদ্যঃপ্রস্তুত মাখনের নস্য লইলেও শিরঃ-পীড়ায় বিশেষ ফল পাওয়া যায়।

৫। সাধারণ নব-জ্বরে লিখিত (১৭ পৃঃ দেখ) মুষ্টি-যোগ গুলি দ্বারাও শিরঃপীড়ায় সদ্যঃ উপকার পাওয়া যায়।

পুরাতন শিরঃপীড়ায় শাস্ত্রোক্ত "মহাভৃঙ্গরাজ তৈল" মাথায় মাখিলে ও ঐ তৈলের নস্য লইলে বিশেষ উপকার হয়।

চর্ম্ম-রোগ।

চর্ম্ম রোগ অসংখ্য প্রকার। তন্মধ্যে দদ্রু বা "দাদ", পামা বা খোস, মুখের ব্রণ, ছুলি, বিচর্চ্চিকা বা কাউর ঘা (Eczema), অলসক বা পাঁকুই এবং সাধারণ চুলকণা—এইগুলির মুষ্টি-যোগ এস্থলে লিখিত হইল।

ঔষধাদি।—দদ্রুরোগে।—১। ধুনা, চাকুন্দে-বীজ ও হরীতকী—এই তিনটী দ্রব্য কাঁজির সহিত বাঁটিয়া প্রলেপ দিলে দদ্রু-রোগ (দাদ) নিবারিত হয়।

২। বিড়ঙ্গ, চাকুন্দে-বীজ, কুড় এবং হরিদ্রা জলে বা কাঁজিতে বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও দদ্রু-রোগ সত্বর নিবারিত হয়।

৩। নাটা-করঞ্জ, সোঁদালের পাতা এবং সোমরাজী জলে বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও দদ্রু-রোগ সত্বর নিবারিত হয়।

৪। কাল-কাসন্দার মূল কাঁজিতে বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও দদ্রু-রোগে সত্বর উপকার হয়।

৫। ডাক্তারী ক্রাইসোফেনিক এসিড (Chrysophanic Acid) ২০ গ্রেণ, ২৷৹ তোলা ঘৃতের সহিত মিশাইয়া প্রলেপ দিলে দদ্রু-রোগ অতি সত্বর নিবারিত হয়। কিন্তু ইহাতে সময়ে সময়ে চর্ম্মের প্রদাহ হয় এবং কাপড়ে স্থায়ী দাগ লাগে।

বিশেষ দ্রষ্টব্য।—দদ্রু-রোগে কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "দদ্রু-হর" অতি উৎকৃষ্ট মহৌষধ। ইহা তৈলাক্ত নহে এবং সত্বর কার্য্যকর। ব্যবহারে জ্বালা যন্ত্রণা নাই ও কাপড়ে দাগ লাগে না।

পামা (খোস) রোগে—ক্ষত স্থান গুলি নিম-পাতার জল কিম্বা কার্ব্বলিক সাবান ও বুরুষ দ্বারা উত্তমরূপে প্রত্যহ রগড়াইয়া ধোয়া একান্ত আবশ্যক। এই রোগ এক প্রকার বিকটাকার ক্ষুদ্র কীটাণু হইতে জন্মে। সেই কীটাণু গুলি ক্ষত স্থানের ভিতরে চারি পার্শ্বে সুড়ঙ্গ করিয়া বাস করে, এজন্য ক্ষত স্থানের উপরিস্থ ক্লেদাদি সম্পূর্ণ দূর না হইলে কোন ঔষধই ভিতরে প্রবেশ করে না। রোগীর বিছানার চাদর, বালিসের ওয়াড় এবং বস্ত্রাদিও প্রত্যহ সাবান বা সাজি-মাটির জলে সিদ্ধ করিয়া ফেলা বিশেষ আবশ্যক, নচেৎ এক স্থানের ক্ষত আরোগ্য হইতে না হইতে ক্ষতের রস লাগিয়া অপর স্থলে খোসের সৃষ্টি হয়। গাত্রের সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম চুলকাদিও এই রোগের রূপান্তর মাত্র। সর্ব্বগাত্রে চুলকানি থাকিলে নিম্নলিখিত তৈল বা মলম সর্ব্বাঙ্গ উত্তমরূপে সাবান ও বুরুষ বা ঝিঙ্গের জালিদ্বারা ধৌত করিয়া প্রয়োজ্য।

১। গন্ধকের সূক্ষ্ম-চূর্ণ এক তোলা অল্প সরিষার তৈলের সহিত মিশাইয়া ২ ঘণ্টা কাল রৌদ্রে রাখিবে পরে ঐ তৈল (গন্ধকসহিত) রুগ্ন স্থানে লাগাইবে। কেবল নিমের তৈল সর্ব্বাঙ্গে লাগাইলেও যথেষ্ট উপকার হয়।

২। চাকুন্দে-বীজ ও সোমরাজী প্রত্যেক ২ তোলা ও মনছাল অর্দ্ধ তোলা সূক্ষ্ম-চূর্ণ করিয়া ঘৃতে ভাজিয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই ঘৃত প্রয়োগেও পামা-রোগ নিবারিত হয়।

৩। মেটে-সিন্দূর ১ তোলা এবং সফেদা ২ তোলা দুই ছটাক নারিকেল তৈল গরম করিয়া তৎসহ মিশাইবে। এই মলম প্রয়োগে খোস সত্বর নিবারিত হয়।

বিশেষ ঔষধ—কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "পামান্তক-লেপ" এবং শাস্ত্রীয় 'সোমরাজী তৈল' দারুণ পামা বা খোস রোগে অতি আশ্চর্য্য ফলপ্রদ।

মুখের ব্রণ রোগে—১। লোধ, ধনে ও বচ জলে বাঁটিয়া মুখে মাখিবে এবং দশ মিনিট পরে ধুইয়া ফেলিবে। এই প্রলেপ যৌবনজাত মুখ-ব্রণে বিশেষ উপকারী।

২। রক্ত-চন্দন, মঞ্জিষ্ঠা, কুড়, লোধ এবং মসূরীর ডা'ল এই সমস্ত জলে বাঁটিয়া পূর্ব্ববৎ প্রলেপ দিলে মুখের ব্রণ ও মেছেতা প্রভৃতি দূরীভূত হইয়া মুখের বর্ণ উজ্জ্বল হয়।

৩। কেবল মসূরীর ডা'ল ঘৃতে ভাজিয়া দুগ্ধের সহিত বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও মুখের মেছেতা প্রভৃতি দূরীভূত হইয়া শ্রী-বৃদ্ধি হয়।

ছুলি-রোগে—১। মূলারবীজ, আপাং পাতার রসে বাঁটিয়া প্রলেপ দিলে ছুলি সত্বর বিনষ্ট হয়।

২। শুষ্ক কলার পাতা পোড়াইয়া ছাই করিবে, এই ছাই জলে গুলিয়া ৪ পুরু কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। এই জলের সহিত অল্প হরিদ্রা চূর্ণ মিশাইয়া প্রলেপ দিলে ছুলি সহজে সারিয়া যায়।

৩। কুড়, মূলার বীজ, প্রিয়ঙ্গু, শ্বেত-সর্ষপ, হরিদ্রা এবং নাগেশ্বর ফুল—এই সমুদয় একত্র বাঁটিয়া প্রলেপ দিলে অনেক কালের পুরাতন ছুলিও আরাম হয়।

বিচর্চ্চিকা বা 'কাউর ঘা' (Eczema) রোগে— ১। মেহেদি পাতা অর্দ্ধপোয়া এবং রসোৎ অর্দ্ধতোলা একত্র বাঁটিয়া প্রলেপ দিলে কাউর ঘাতে বিশেষ উপকার হয়।

২। সিজের ডাঁটার ভিতরে রাই-সর্ষপ পূরিয়া কাপড়-মাটি জড়াইয়া পোড়াইবে পরে কাপড় ও মাটি বাদ দিয়া ভস্মীভূত অংশ সর্ষপ-তৈলের সহিত উত্তমরূপে পেষণ করিবে। এই প্রলেপ প্রয়োগে বিচর্চ্চিকা রোগ অনেক সময়ে নির্ম্মূল হয়।

বিশেষ কথা—প্রায় আহারাদির দোষে সাধারণ রক্ত দুষ্টি হইয়া বিচর্চ্চিকা বা কাউর ঘা প্রভৃতি উৎপন্ন হয়। এই সকল রোগে প্রলেপার্থ আমাদের 'বিচর্চ্চিকারি-লেপ' অতি উৎকৃষ্ট মহৌষধ। রক্ত-দুষ্টির সন্দেহ হইলে আমাদের "শততিক্ত-সার" বা শাস্ত্রোক্ত 'বৃহৎ সারিবাদ্যরিস্ট' সেবনীয়।

অলসক বা 'পাঁকুই' (হাজা) রোগে— ১। লাক্ষা ও হরীতকী ১৬ গুণ জলে ভিজাইয়া উহাতে প্রতিদিন কিছুক্ষণ পর্য্যন্ত পা ডুবাইয়া মুছিয়া ফেলিলে এই রোগে বিশেষ উপকার হয়।

২। পল্‌তা, হীরাকস ও ত্রিফলা সমভাগ একত্র বাঁটিয়া প্রলেপ দিলেও এই রোগে বিশেষ উপকার হয়।

৩। নাটাকরঞ্জের বীজের শাঁস, হরিদ্রা, হীরাকস্ ও যষ্টি-মধু, মধু দ্বারা বাঁটিয়া প্রলেপ দিলে পাঁকুই বা হাজা অতি শীঘ্র আরাম হয়।

বলা বাহুল্য, এই রোগে পায়ে অধিক জল না লাগে এরূপ সতর্কতা বিশেষ আবশ্যক।

সাধারণ চুলকণা রোগে— ১। সোঁদাল-পত্র, কাক-মাচী-পত্র ও করবী-পত্র ঘোলের সহিত বাঁটিয়া লইবে। প্রথমে সর্ষপ-

তৈল এবং উহার উপর এই ঔষধ উত্তমরূপে মাখিয়া গাত্র-মার্জ্জন করিবে।

২। দূর্ব্বা, হরীতকী, সৈন্ধব-লবণ, চাকুন্দে বীজ ও তুলসী-পত্র এই সমুদয় কাঁজিতে বাঁটিয়া গাত্র-মার্জ্জন করিলে চুলকণা রোগে বিশেষ উপকার হয়।

৩। শ্বেত-চন্দন ও দারু-হরিদ্রা একত্র ঘসিয়া চন্দনের মত করিয়া অল্প মাখনের সহিত মিশাইয়া গাত্রে মাখিলেও সাধারণ চুলকণা সহজে আরাম হয়।

৪। চুলকণা অনেক সময়ে পামা বা খোসের রূপান্তর বা প্রচ্ছন্ন অবস্থা মাত্র। সেরূপস্থলে ঐ রোগের পূর্ব্বোক্ত চিকিৎসা করিবে।

বিশেষ কথা—প্রায় আহারাদির দোষে রক্ত-দূষিত হইয়া গাত্রে চুলকণা হয়। অনেক সময়ে অপরিচ্ছন্নতার জন্যও চুলকণা হইয়া থাকে। বলা বাহুল্য, এই সমস্ত কারণ সর্ব্ব প্রথমে পরি-ত্যাগ করা আবশ্যক। রক্ত দূষিত হইয়াছে মনে হইলে আমাদের আবিষ্কৃত "শততিক্ত-সার"বা বৃহৎ সারিবাদ্যরিষ্ট প্রত্যহ দুই বেলা সেবনীয়। সাধারণ রক্ত-দুষ্টির জন্য উভয়ই সুপরীক্ষিত মহৌষধ।

মূত্র-রোগ

সাধারণ উপদেশ—মূত্ররোগ অসংখ্য প্রকার। তন্মধ্যে প্রধান ২।৩ প্রকার প্রমেহ,গণোরিয়া বা 'পূয়-মেহ,' মূত্র-কৃচ্ছ্র এবং

মূত্ররোধ—এই কয়টীর প্রসঙ্গ এই ক্ষুদ্র গ্রন্থে লিখিত হইবে।

প্রমেহ নানাপ্রকার। তন্মধ্যে এস্থলে শুক্র-মেহ অর্থাৎ শৌচকালে প্রস্রাবের সহিত ধাতু নির্গত হওয়া, স্বপ্ন-দোষ প্রভৃতি, খড়ি গোলার ন্যায় প্রস্রাব এবং বহু-মূত্র এই তিনপ্রকার পীড়ার মুষ্টি-যোগ লিখিত হইবে। পীড়া কঠিন বোধ হইলে সকল স্থলেই বিশেষতঃ বহু-মূত্র পীড়ায় উপযুক্ত ঔষধ সেবন নিতান্ত আবশ্যক।

গণোরিয়া বা 'পূয়-মেহ' উক্ত রোগগ্রস্ত স্ত্রী বা পুরুষের সহবাস হইতে জন্মে। উহার কারণ এক প্রকার বিষাক্ত বীজাণু। চলিত কথায় যাহাকে 'মেহ' বলে, উহা বর্ত্তমান সময়ের নবাগত ব্যাধি। আয়ুর্ব্বেদে উহার বিষয় স্পষ্টভাবে বর্ণিত না থাকিলেও চিকিৎসা আয়ুর্ব্বেদমতে ভালরূপই হইতে পারে। কিন্তু উহার জন্য যে সমস্ত মুষ্টি-যোগ লেখা হইল, তাহাতে কয়েকটী উপসর্গের প্রতীকার হয় মাত্র। বিষাক্ত বীজাণু সকল নষ্ট করিতে না পারিলে এই রোগের যথার্থ প্রতীকার হয় না। অতএব রোগ নির্ম্মূল করিবার জন্য এই রোগের সুপরীক্ষিত ও বিশ্বাস-যোগ্য ঔষধ সেবন একান্ত আবশ্যক।

মূত্র-রোধ নানাকারণে হইতে পারে। তন্মধ্যে গণোরিয়া রোগে মূত্র-নালীর অতিরিক্ত প্রদাহ জন্য যে মূত্র-রোধ হয়, তাহাতে এবং ওলাউঠা রোগের আরোগ্যোন্মুখ অবস্থায় যে মূত্র-রোধ হয় তাহাতে এই গ্রন্থের লিখিত মুষ্টিযোগগুলি বিশেষ ফলপ্রদ। গণোরিয়া রোগের পুরাতন অবস্থায় মূত্র-নালীর

সঙ্কোচ হইয়া যে মূত্র-রোধ হয়, তাহাতে মুষ্টি-যোগে বিশেষ ফল হয় না। সেরূপ স্থলে 'ক্যাথিটার' বা শলাকা দ্বারা মূত্র পথ বিস্ফারিত করা আবশ্যক হয়। তবে সেরূপ স্থলেও, মূত্র-রোধের প্রথম কয়েক ঘণ্টার মধ্যে, লিখিত মুষ্টি-যোগ গুলিতে সময়ে সময়ে কিছু ফল হইতে পারে।

মূত্র-কৃচ্ছ্র বা প্রস্রাব করিতে কষ্ট ও জ্বালা অনেক সময়ে গণোরিয়ার দোষ না থাকিলেও হইতে পারে—সে স্থলে গণোরিয়ার প্রসঙ্গে লিখিত মূত্র-কারক মুষ্টি-যোগ গুলি প্রয়োগ করিলে উত্তম ফল হয়।

ঔষধাদি।—শুক্র-মেহ ও স্বপ্নদোষ রোগে—১। উত্তম বড় হরীতকী বীজ বাদ দিয়া চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ চারি আনা পরিমাণে সমান ভাগ মিছরী মিশাইয়া দুই বেলা আহারান্তে জলসহ খাইবে। সর্ব্বদা হরীতকী মুখে রাখিলেও এই রোগে উপকার পাওয়া যায়।

২। হরীতকী /০ ছটাক, বালা, অশ্ব-গন্ধা, শিমূল-মূল ও জটা-মাংসী প্রত্যেক ১ কাঁচ্চা পরিমাণ একত্র কুটিয়া দুই সের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধ-সের থাকিতে নামাইয়া জল ছাঁকিয়া লইবে। পরে ঐ জলে অর্দ্ধ-সের পরিষ্কার চিনি মিশাইয়া পুনরায় আগুনে চড়াইয়া নাড়িতে থাকিবে এবং উত্তম গাঢ় রস হইলে নামাইয়া রাখিবে। এই ঔষধ প্রত্যহ দুইবার একতোলা মাত্রায় সেবন করিলে স্বপ্ন-দোষ এবং বাহ্যে বসিবার সময় শুক্র-পাত নিবারিত হয়।

পীড়া পুরাতন হইলে, প্রত্যহ দুইবেলা বা একবেলা কল্প-

তরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "স্বপ্ন-সহায়-অবলেহ" সেবনে নিশ্চিত প্রতীকার হয়। বিশেষ কঠিন স্থলে ইহার সহিত প্রাতঃকালে "পূর্ণচন্দ্র-রস" সেবনে সত্বর সমধিক উপকার হয়। অজীর্ণ হইতেও প্রস্রাবের সহিত খড়ি গোলার মত দেখা যায়, এরূপ স্থলে অজীর্ণ রোগের চিকিৎসা করা কর্ত্তব্য।

খড়ি-গোলার ন্যায় প্রস্রাবে—১। অজীর্ণ ও অগ্নিমান্দ্য থাকিলে সর্ব্ব-প্রথমে তাহারই চিকিৎসা করিবে। অজীর্ণ ও অগ্নি-মান্দ্য প্রকরণে পুরাতন অজীর্ণ রোগের জন্য লিখিত ২ নং ও ৪ নং মুষ্টি যোগ ব্যবস্থা করিলে অজীর্ণের প্রতীকার হইয়া খড়ি-গোলার ন্যায় প্রস্রাব হওয়া বন্ধ হয়।

২। আমলা হরীতকী, বহেড়া, দেব-দারু, দারু-হরিদ্রা ও মুথা—ইহাদের ক্বাথ মধু-সহ সেবন করিলে এই পীড়ায় অনেক সময়ে বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

৩।, পাথরকুচি পাতার রস প্রত্যহ ১ তোলা মাত্রায় মধুসহ খাইলেও ইহাতে বিশেষ ফল হয়।

বহু-মূত্র রোগে।—প্রস্রাবে বিশেষ চিনি (Sugar) যাওয়া না থাকিলে কেবল সাধারণ বহু-মূত্রের জন্য নিম্নলিখিত মুষ্টি-যোগ গুলি ব্যবহার্য্য।

১। আমলকীর রস ১ তোলা, মধু অর্দ্ধ-তোলা, একত্র মিশাইয়া প্রত্যহ ২।৩ বার পান করিলে বহু-মূত্রের উপকার হয়।

২। বাসক পাতার রস ১ তোলা, যবক্ষার ৵০ আনা পরিমাণ একত্র মিশাইয়া প্রত্যহ দুই বার পান করিলে বহু-মূত্র শান্তি হয়।

৩। একতোলা তেলাকুচা পাতার রস সিকি তোলা মধু সহ প্রত্যহ প্রাতঃকালে পান করিলে বহু-মূত্র রোগের উপশম হয়।

৪। মাষ-কলাই, যষ্টি-মধু, ভূমি-কুষ্মাণ্ড, ইহাদের প্রত্যেকের চূর্ণ অর্দ্ধ তোলা মধু মিশাইয়া প্রাতঃকালে অবলেহ করিবে এবং পরে কাঁচা দুগ্ধ একপোয়া পান করিবে। ইহাতে প্রস্রাবের পরিমাণ ও সংখ্যা প্রায়ই কমিয়া যায়।

৫। জামের বীজের শাঁস অর্দ্ধ তোলা মাত্রায় প্রত্যহ ৩ বার মধুসহ অবলেহ করিলে বহু-মূত্র রোগে বিশেষ উপকার হয়। বহু-মূত্র ও মধুমেহ রোগে নিম্ন-লিখিত রূপ পথ্যাপথ্য পালন করিলে অনেক উপকার পাওয়া যায়।

পথ্য—সাধারণতঃ চিনি, মিছরি প্রভৃতি মধুর দ্রব্য (Sugar) এবং অধিক পরিণাম শ্বেত-সার (Starch—যথা ভাত, ময়দা, আলু) এই রোগে নিষিদ্ধ। দুই বেলা অল্প আটা বা সূজীর রুটী এবং আলু-কুমড়া ভিন্ন অন্যান্য তরকারী. অল্প মুগের ডা'ল, কৈ, মাগুর, রুই প্রভৃতি মৎস্য এবং ছাগ মাংসের যূষ খাইবেন। রোগ প্রবল না থাকিলে দিবসে খুব অল্প পরিমাণে পুরাতন তণ্ডুলের অন্নও খাওয়া যাইতে পারে। জল খাবার জন্য বাদাম, পেস্তা, আখরোট, কমলা লেবু, আনারস, বেদানা, গাবফল (Mangostein), জাম এবং অন্যান্য অম্ল-মধুর-কষায়-রসযুক্ত ফল এবং ছানা খাইতে পারেন। ঘৃত অল্প খাইবেন এবং দুগ্ধ মাখন তোলা (Skimmed) হইলেই ভাল হয়। শরীর নিতান্ত দুর্ব্বল না হইয়া থাকিলে অধিক দুগ্ধ না খাওয়া ভাল।

রোগ প্রবল থাকিলে কেবল সূজীর রুটী, বাদাম বা সূজীর বিস্কুট এবং যথেষ্ট মাংস ও মুগের ডা'ল পথ্য করিবেন। উৎকৃষ্ট তিল-তৈল বা ফুলেল-তৈল অথবা আয়ুর্ব্বেদীয় "প্রমেহ মিহির-তৈল" বা "লাক্ষাদি তৈল" উত্তমরূপে সর্ব্বাঙ্গে মর্দ্দন করিয়া স্নান করিবেন। সামর্থ্য থাকিলে প্রাতঃকালে ও সায়ংকালে প্রত্যহ মোটের উপর ৩।৪ ক্রোশ পদব্রজে ভ্রমণ করা কর্ত্তব্য।

অপথ্য—দিবা-নিদ্রা, মানসিক পরিশ্রম, দুশ্চিন্তা, সর্ব্বদা একভাবে বসিয়া বা শুইয়া থাকা, সকল প্রকার মিষ্ট-দ্রব্য, অধিক পরিমাণে ভাত বা রুটী, দুগ্ধ বা ঘৃত, লঙ্কা, দধি, অধিক মসলা-যুক্ত মৎস্য মাংসাদি, স্ত্রী সংসর্গ প্রভৃতি নিষিদ্ধ।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—বহু-মূত্র বা মধু-মেহ রোগে মুষ্টি-যোগের উপর নির্ভর না করিয়া "মধুমেহারিযোগ", "চন্দ্রপ্রভা", "বসন্ত-কুসুমাকর-রস" প্রভৃতি ঔষধ যথাযথ ব্যবস্থা লইয়া সেবন করা কর্ত্তব্য। . উপযুক্ত চিকিৎসকের হস্তে ভারার্পণ করিবার অবসর না পাওয়া পর্য্যন্ত পূর্ব্ব লিখিত মুষ্টি-যোগ গুলি ব্যবহার করা যাইতে পারে।

গণোরিয়া বা 'পূয়-মেহ' রোগে—১। কচি বাব্‌লা পাতা এক তোলা অল্প জলে বাঁটিয়া এক তোলা মিছরি সহ এক পোয়া জলে সরবৎ করিয়া ছাঁকিয়া পান করিলে প্রস্রাব পরিষ্কার ও জ্বালা যন্ত্রণার উপশম হয়।

২। কুশ-মূল, কেশে-মূল, বেনার মূল, ইক্ষু-মূল, শর-মূল, গোক্ষুর, শ্বেত-চন্দন, রক্ত-চন্দন প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা অর্দ্ধ সের জলে পাচন সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধ পোয়া থাকিতে নামাইয়া এক

তোলা মিছরী মিশাইবে। এই পাচন প্রত্যহ ৩।৪ বার পান করিলে এই রোগে অসাধারণ উপকার হয়।

৩। শ্বেত-চন্দন, কাবাব-চিনি, গোক্ষুর, অনন্ত-মূল, দারু-হরিদ্রা, আমলা, হরীতকী ও বহেড়া, প্রত্যেকে অর্দ্ধ তোলা পূর্ব্ববৎ পাচন পাক করিয়া প্রত্যহ ৩।৪ বার পান করিলেও গণোরিয়া রোগে প্রস্রাব পরিষ্কার ও যন্ত্রণাদির উপশম হয়।

৪। কাঁচা হলুদের রস ২ তোলা মধু সহ পান করিলেও মূত্রনলীতে ক্ষত ও পূয়স্রাবাদিতে বিশেষ উপকার হয়।

৫। কোষ্ঠ-বদ্ধতা থাকিলে বিশুদ্ধ এরণ্ড-তৈল অর্দ্ধ ছটাক এক পোয়া গরম দুধে মিশাইয়া জোলাপ লওয়া এই রোগে বিশেষ আবশ্যক। প্রস্রাব পরিষ্কার রাখিবার জন্য প্রচুর পরিমাণে জলপান করাও কর্ত্তব্য।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—রোগের বীজাণু নির্ম্মূল করিবার জন্য এই পীড়ায় প্রথম হইতেই আমাদের আবিষ্কৃত "তৃণচন্দনারিষ্ট" নামক ঔষধটী সেবন করিলে অতি সত্বর উপকার পাওয়া যায়। উক্ত ঔষধ নূতন ও পুরাতন উভয় অবস্থাতেই উপকারী। কিঞ্চিৎ পুরাতন অবস্থায় "উত্তর বস্তি" নামক পিচকারির ঔষধ ব্যবহারে রোগ নির্ম্মূল হইতে পারে।

মূত্র রোধে ও মূত্রকৃচ্ছ্রে—১। তেলাকুচার মূল ও সোরা কিম্বা কেবল সোরা কাঁজিতে পেষণ করিয়া নাভির নিম্নে প্রলেপ দিলে মূত্র-রোধ নিবারিত হয়।

২। বরুণ-ছাল, গোক্ষুর-বীজ, পাথর-কুচি, কুশ-মূল, কাশ-মূল, ইক্ষু-মূল, বেণার মূল, ও শর-মূল প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা

পাচন পাক করিয়া শীতল হইলে অল্প কাঁচা দুগ্ধ ও চিনি মিশাইয়া পান করিতে দিবে। ইহাতে প্রস্রাবের কষ্ট ও জ্বালা এবং মূত্র-রোধ নিবারিত হয়। কেবল পাথরকুচি পাতার রস ১ তোলা মাত্রায় প্রত্যহ ২বার মিছরিসহ পান করিলেও বিশেষ উপকার হয়।

৩। আমলকী, কিসমিস, ভূমি-কুষ্মাণ্ড, যষ্টি-মধু, সোঁদালের আটা, গোক্ষুর, বালা এবং হরীতকী প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা পাচন সিদ্ধ করিয়া শীতল হইলে অর্দ্ধ তোলা চিনি মিশাইয়া পান করিবে। ইহাতে মূত্রকৃচ্ছ্র ও মূত্র-রোধ নিবারিত হয়।

৪। একটী নারিকেলের ফুল (ফোঁপল) খাইয়া তৎপরে ৪ রতি যবক্ষার ও অর্দ্ধ রতি কর্পূর কিঞ্চিৎ চিনি মিশাইয়া পান করিলেও শীঘ্র প্রস্রাব পরিষ্কার হইয়া থাকে।

বমি ও হিক্কা।

সাধারণ ব্যবস্থা—বমি এবং হিক্কা নানা কারণে হইতে পারে। তন্মধ্যে নিম্নলিখিত কারণগুলি বিশেষভাবে উল্লেখ-যোগ্য।

ম্যালেরিয়া বা অন্য প্রকার জ্বরে অধিক উপবাস দিলে প্রায়ই বমি অথবা হিক্কা হইয়া থাকে।

শিশুর এবং বালকের দৌর্ব্বল্য অধিক হইলে অনেক সময়ে বমি বা হিক্কা উপস্থিত হয়।

শিশুদিগের পেটের দোষ অধিক থাকিলেও অতিরিক্ত হিক্কা বা বমি হয়।

কলেরা, সান্নিপাতিক জ্বর প্রভৃতি কঠিন রোগের শেষ অবস্থাতেও হিক্কার প্রাবল্য দেখা যায়।

সকল প্রকার হিক্কা ও বমিতেই কারণ অনুসন্ধান করিয়া মুষ্টি-যোগ ব্যবস্থা করিবে। যদি দুর্ব্বলতাই কারণ বলিয়া বোধ হয়, তাহা হইলে দুগ্ধ বা অপর কোন বল-কর সুপথ্য এক এক চামচ পরিমাণে অর্দ্ধ-ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইবে—একবারে অধিক দিবে না। পেটের দোষ থাকিলে ২।৪ ঘণ্টা কিছু না দেওয়াই ভাল —পরে বিবেচনা পূর্ব্বক প্রতিবারে অতি অল্প পরিমাণে তরল সুপথ্য (যথা পানিফলের পালো) ব্যবস্থা করিবে। সাধারণ উপায়ের মধ্যে অল্প অল্প বরফ চুষিতে দিবে অথবা যতদূর উষ্ণ পান করা যায় ততদূর উষ্ণ জল বা দুগ্ধ মধ্যে মধ্যে পান করিতে দিবে।

ঔষধাদি—বমির জন্য—১। শ্বেত-চন্দন ঘসা এক তোলা, আমলকীর রস এক তোলা কিঞ্চিৎ মধু মিশাইয়া মধ্যে মধ্যে অবলেহ করাইলে বমি ও হিক্কা নিবারণ হয়।

২। অশ্বত্থের শুষ্ক-ছাল অগ্নিতে অল্প ঝলসাইয়া কোন পাথরের পাত্রে জল রাখিয়া তাহাতে ডুবাইবে, পরে ঐ জল ছাঁকিয়া অল্প অল্প পান করিতে দিলে বমি সত্বর নিবারিত হয়।

৩। ময়ূর-পুচ্ছের 'চাঁদ' পুড়াইয়া লইয়া ঐ ভস্ম ১ রতি, বড় এলাচ চূর্ণ ৩ রতি, কুলের আঁটির শাঁস ৩ রতি একত্র মিশাইয়া মধুসহ অবলেহ করাইলে সত্বর বমির প্রতীকার হয়।

কেবল ময়ুরপুচ্ছ ভস্ম ২ রতি মাত্রায় মধুসহ অবলেহ করাইলেও বমি এবং হিক্কায় বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

৪। বড় এলাচ, লবঙ্গ, নাগেশ্বর-ফুল, কুলের আঁটির শাঁস, প্রিয়ঙ্গু, মুথা ও রক্ত-চন্দন ইহাদের চূর্ণ সমভাগে মিশ্রিত করিয়া লইবে। এই মিশ্রিত চূর্ণ ৶০ আনা পরিমাণে মধু ও চিনিসহ অবলেহ করাইলে অতি শীঘ্র বমি নিবারণ হয়।

হিক্কার জন্য—১। কেশে মূলের চূর্ণ ৫।৬ রতি মাত্রায় মধুসহ অবলেহ করিলে হিক্কার উপশম হয়।

২। পারুলের ফল ও ফুল চূর্ণ করিয়া বা জলে বাঁটিয়া মধুর সহিত অবলেহ করাইলে হিক্কা শীঘ্র নিবারিত হয়।

৩। বমি প্রকরণে লিখিত ৩নং মুষ্টি-যোগেও হিক্কার বিশেষ উপকার হয়। অন্য মুষ্টিযোগগুলিও হিক্কায় ফলপ্রদ।

৪। মাষ-কলাই চূর্ণ তামাকের ন্যায় সাজিয়া ধূমপান করিলে হিক্কা শীঘ্র বন্ধ হয়।

৫। কয়েত বেলের শাঁস, চিনি ও শুঁঠ একত্র মিশাইয়া অল্প অল্প খাইতে দিলেও হিক্কা শান্তি হয়।

স্ত্রী-রোগ।

বাধক, প্রদর ও রক্ত-প্রদর।

সাধারণ ব্যবস্থা—স্ত্রীলোকদিগের ঋতু-কালে যে সমস্ত নিয়ম পালন করা উচিত, সেগুলি পালন না করার জন্যই প্রধানতঃ বাধক এবং অন্যান্য জরায়ু সম্বন্ধীয় পীড়া জন্মে। সেজন্য নিম্ন-লিখিত শাস্ত্রোক্ত তিনটী নিয়ম ঋতুকালে সকল স্ত্রীলোকেরই অবশ্য পালনীয়।

১। ঋতুকালে স্নান বা কাপড় কাচা বা অপর কোন প্রকারে ঠাণ্ডা লাগান সর্ব্বতোভাবে নিষিদ্ধ। বলা বাহুল্য, জলময় বা সোঁতা স্থানে বেড়াইলেও বিশেষ ঠাণ্ডা লাগিতে পারে। পরিচ্ছন্নতার জন্য গরম জল ব্যবহার্য্য।

২। ঋতু-কালে রন্ধন বা অগ্নি সন্তাপে থাকা বর্জ্জনীয়।

৩। ঋতু-কালের প্রথম চারি দিন পতির সহিত এক শয্যায় থাকাও শরীরের পক্ষে বিশেষ হানিকর।

প্রদর ও রক্ত-প্রদর নানা কারণে জন্মে। শরীরের দুর্ব্বলতা, অতিরিক্ত পুরুষ-সংসর্গ, জরায়ুর বা "নাড়ীর" পীড়া, অতিরিক্ত কোষ্ঠ-বদ্ধতা এবং স্বামীর মেহের দোষ—এইগুলি প্রদর ও রক্ত-প্রদরের প্রধান কারণ। এজন্য উক্ত উভয় রোগেরই কারণ অনুসন্ধান করিয়া তাহার প্রতীকার করিবে। যথা সময়ে উপযুক্ত পুষ্টিকর আহার এবং বলকর ঔষধাদি সেবনও এই রোগে একান্ত আবশ্যক।

ঔষধাদি—বাধকের জন্য—১। ওলট-কম্বলের মূলের ছাল ৷৷০ আনা পরিমাণ ও গোল মরিচ ৭টী একত্র বাঁটিয়া ঋতুর চারি দিন পীড়ার প্রাবল্য অনুসারে প্রত্যহ একবার বা দুইবার সেবন করিলে বাধক পীড়ায় আশ্চর্য্য ফল পাওয়া যায়।

২। জবা ফুল কাঁজির সহিত বাঁটিয়া ঋতুর ৪ দিন সেবন করিলেও বাধক পীড়ার উপকার হয়।

৩। লতা-ফট্‌কীর পাতা ১ তোলা ঘৃতে ভাজিয়া সেবন করিলেও রজঃ-শুদ্ধি হয়।

বিশেষ কথা—বাধক পীড়ার জন্য ঋতুকালের প্রথম চারি দিন আমাদের "কল্যাণারিষ্ট" সেবন করিলে বিশেষ উপকার হয়।

শ্বেত-প্রদরে—১। ধাই-ফুল ১তোলা কাঁচা দুগ্ধের সহিত বাঁটিয়া মধু মিশাইয়া প্রত্যহ একবার বা দুইবার পান করিলে শ্বেত-প্রদরে বিশেষ উপকার হয়।

২। অশোক-ছাল, বকুল-ছাল, আমলকী, বটের ছাল, যজ্ঞ-ডুম্বুর, কদম্ব-ছাল এবং নাগেশ্বর ফুল মোট দুই তোলা পাচন পাক করিয়া শীতল হইলে মধু মিশাইবে। এই পাচন প্রত্যহ দুইবার পান করিলে শ্বেত-প্রদরে বিশেষ উপকার হয়।

৩। দারু হরিদ্রা, কদম্বছাল, বাসকমূলের ছাল, মুথা, চিরাতা, বেলশুঁঠ, রক্ত-চন্দন ও সূঁদি ফুল মিলিত ২ তোলা পূর্ব্ববৎ পাচন পাক করিয়া চিনির সহিত দুই বেলা সেবন করিলে পুরাতন শ্বেত-প্রদর রোগেও বিশেষ উপকার পাওয়া যায়।

রক্ত প্রদরে—১। লাক্ষা ১ তোলা, অশোক-ছাল অর্দ্ধ

তোলা এবং মোচরস অর্দ্ধ তোলা, অর্দ্ধ সের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধপোয়া থাকিতে নামাইবে। পরে উহা ছাঁকিয়া শীতল হইলে তৎসহ কাঁচা দুগ্ধ অর্দ্ধপোয়া ও মিছরী মিশাইয়া পান করিবে। প্রত্যহ দুই বার এই ঔষধ সেবন করিলে রক্ত-প্রদরে সত্বর উপকার হয়।

২। ডালিমের ফুল ৩।৪টি কাঁচা দুগ্ধে বাঁটিয়া মধু মিশাইয়া প্রত্যহ দুইবার পান করিলে রক্ত প্রদর রোগে বিশেষ উপকার হয়।

৩। শর-পুঙ্খার মূল ১ তোলা, চা'ল ধোয়া জলে বাটিয়া সেবন করিলে রক্ত-প্রদর নিবারিত হয়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—এই সমস্ত রোগে নূতন ও পুরাতন উভয় অবস্থাতে সেবনার্থ আমাদের "অশোক-সার" এবং পুরাতন স্থলে যোনি-ধাবন জন্য আমাদের "বববুলাদি-কষায়" অসামান্য উপকারী ঔষধ।

গর্ভিণী-চিকিৎসা।

সাধারণ উপদেশ—গর্ভাবস্থা স্ত্রীলোকদিগের অতি সঙ্কট সময়। এই সময়ে অধিক শারীরিক পরিশ্রম, অতিরিক্ত ঠাণ্ডা লাগান, অধিক অগ্নি-সন্তাপ, অসময়ে ভোজন, রাত্রি-জাগরণ, রেলে বা গরুর গাড়ীতে ভ্রমণ প্রভৃতি সর্ব্বতোভাবে বর্জ্জনীয়। গর্ভিণীকে তীব্র-বীর্য্য ঔষধ দেওয়াও নিষিদ্ধ। রক্তস্রাব ও

অকালে গর্ভ-পাত অনেক সময়ে এই সমস্ত কারণে হইয়া থাকে।

গর্ভাবস্থায় জ্বর, উদরাময়, তলপেটে বেদনা, হস্ত-পদে শোথ, প্রস্রাবের অল্পতা—এই সমস্ত পীড়ার মধ্যে যে কোনটী হইলে বিশেষ আশঙ্কার কারণ মনে করিবে। রক্ত-স্রাব আরম্ভ হইলে গর্ভপাতের বিশেষ সম্ভাবনা—ইহা সকলেই জানেন। শোথ এবং প্রস্রাবের অল্পতা হইলে প্রসবের পূর্ব্বে দারুণ মূর্চ্ছা ও আক্ষেপ (Eclampsia) হইয়া প্রাণান্তকর হইতে পারে, এজন্য এরূপ স্থলে প্রথম হইতেই যথার্থ সুশিক্ষিত চিকিৎসকের হস্তে ভারার্পণ করিবে।

গর্ভাবস্থায় যে সমস্ত উপসর্গ হইয়া থাকে তন্মধ্যে কয়েকটী মাত্রের মুষ্টি-যোগ-চিকিৎসা নিম্নে লিখিত হইল।

মুষ্টিযোগে ফল না হইলে কিম্বা পীড়া কঠিন বোধ হইলে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের শরণাপন্ন হইবে।

ঔষধাদি—রক্তস্রাব ও গর্ভপাতের উপক্রম হইলে—নিম্ন-লিখিত ঔষধগুলি দেড় পোয়া জল ও অর্দ্ধ পোয়া দুগ্ধের সহিত সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধ পোয়া অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া পান করিতে দিবে। ৪ ঘণ্টা বা ৬ ঘণ্টা অন্তর (সামান্য রূপ রক্ত-স্রাবে প্রত্যহ ২।৩ বার মাত্র) এইরূপ পাচন সেবন করাইলে রক্তস্রাবে বিশেষ উপকার হয়।

১। প্রথম মাসে—যষ্টি-মধু, সেগুন-বীজ, ক্ষীর-কাকোলি ও দেবদারু মিলিত ২ তোলা।

২। দ্বিতীয় মাসে—আমরুল, কৃষ্ণ-তিল, মঞ্জিষ্ঠা, শতমূলী মিলিত ২ তোলা।

৩। তৃতীয় মাসে—গুলঞ্চ, ক্ষীর-কাকোলি, সূঁদিফুল ও অনন্ত-মূল মিলিত ২ তোলা।

৪। চতুর্থ মাসে—অনন্ত মূল, শ্যামা-লতা, রাস্না, বামুনহাটী, যষ্টি-মধু—মিলিত ২ তোলা।

৫। পঞ্চম মাসে—ব্যাকুড়, কণ্টিকারী, গাম্ভারী-ফল, বটের ঝুরী (নামাল), দারুচিনি, ও গব্যঘৃত—মিলিত ২ তোলা।

৬। ষষ্ঠ মাসে—চাকুলে, বেড়েলা, সজিনার-বীজ, যষ্টিমধু—মিলিত ২তোলা।

৭। সপ্তম মাসে—পাণি-ফল, পদ্মের ডাঁটা, কিসমিস, কেশুর, যষ্টি-মধু, চিনি—মিলিত ২ তোলা।

৮। অষ্টম মাসে—কয়েতবেল, বেল, ব্যাকুড়, পটোল, ইক্ষু, কণ্টিকারী ইহাদের মূল মিলিত ২ তোলা।

৯। নবম মাসে—যষ্টি-মধু, অনন্তমূল, ক্ষীর-কাকোলি, শ্যামা-লতা মিলিত ২ তোলা।

গর্ভপাত নিবারণের দুইটী সাধারণ মুষ্টি-যোগ—

১। কুম্ভকার যে সময় হাঁড়ি তৈয়ার করে, সেই সময়ে তাহার হস্তস্থিত মৃত্তিকায় একপ্রকার আশ্চর্য্য শক্তি উৎপন্ন হয়। উক্তরূপ মৃত্তিকা আন্দাজ ১ তোলা এক পোয়া ছাগ দুগ্ধ ও অর্দ্ধতোলা মধু মিশাইয়া পান করাইলে অকালে গর্ভপাতের সম্ভাবনা অতি আশ্চর্য্যরূপে নিবারিত হয়। এই মুষ্টিযোগটি আমাদের সুপরীক্ষিত।

২। কেশুর, পাণি-ফল, কাঁকলা, ক্ষীর-কাকোলি, মুগানি, মাষানি, শতমূলী, ভূমি-কুষ্মাণ্ড, জীবন্তী, যষ্টিমধু, পদ্মকেশর, সূঁদি-মূল, এরণ্ড-মূল এই সমস্ত দ্রব্য মিলিত ৪ তোলা—জল অর্দ্ধ সের ও দুগ্ধ অর্দ্ধপোয়া একত্র সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধপোয়া দুগ্ধ মাত্র অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। পরে ইহাতে দুইতোলা মিছরী বা চিনি মিশাইয়া দুই ঘণ্টা অন্তর চারিবারে এই ঔষধ পান করাইবে। ইহাতে অসময়ে ব্যথা, রক্ত-স্রাব প্রভৃতি নিবারিত হয়।

গর্ভাবস্থায় সাধারণ জ্বর হইলে—১। রক্ত-চন্দন, অনন্ত-মূল, লোধ, কিস্‌মিস্ -মিলিত ২ তোলা পাচন পাক করিয়া চিনির সহিত প্রত্যহ ১ বার বা ২ বার পান করাইবে। ইহা গর্ভিণীর পিত্ত-প্রধান জ্বরে বিশেষ উপকারী।

২। এরণ্ড-মূল, নিম-গুলঞ্চ, মঞ্জিষ্ঠা, রক্ত-চন্দন, দেবদারু ও পদ্মকাষ্ঠ- -মিলিত দুই তোলা যথাবিধি পাচন প্রস্তুত করিয়া খাইলে গর্ভবতীর পুরাতন জ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

৩। সাধারণ নব-জ্বর প্রকরণে লিখিত (১৯ পৃঃ দেখ) "কিরাতাদিক্বাথ" কিম্বা "বৃহৎ-পঞ্চমূল ক্বাথ" সেবনেও গর্ভবতীর জ্বরে বিশেষ উপকার হয়। ম্যালেরিয়া জ্বর বোধ হইলে আমাদের "অমৃতারিষ্ট" সেবন করাইবে।

গর্ভিণীর উদরাময়ে—১। আম-ছাল ১ তোলা ও জাম-ছাল ২ তোলা অর্দ্ধসের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধ পোয়া থাকিতে নামাইয়া অল্প ছাগ-দুগ্ধ, খৈএর গুঁড়া ও মিছরী মিশাইয়া পান করিলে গর্ভবতীর উদরাময়ে বিশেষ উপকার হয়।

২। বালা, শোনা-ছাল, রক্ত-চন্দন, বেড়েলা, ধনে, নিম-

গুলঞ্চ, বেনার-মূল, মুথা, দুরালভা, ক্ষেৎ-পাপড়া ও আতইচ, মিলিত দুই তোলা যথাবিধি পাচন পাক করিয়া পান করাইলে গর্ভিণীর নানাপ্রকার উদরাময় নিবারিত হয়।

৩। গর্ভাবস্থায় আমাশয় বা রক্তামাশয় হইলে বিশেষ আশঙ্কিত হওয়া কর্ত্তব্য। ৩৪ পৃষ্ঠায় লিখিত ১।২।৪।৫।৭।৮ সংখ্যক মুষ্টিযোগ গুলি এরূপ স্থলে বিশেষ উপকারী।

গর্ভাবস্থায় পায়ে শোথ ও প্রস্রাবের অল্পতা হইলে—
১। পুনর্নবা, গোক্ষুর, শুষ্ক-মূলা ও শুঁঠ প্রত্যেক অর্দ্ধ তোলা অর্দ্ধসের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধপোয়া থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে। এই পাচন প্রত্যহ দুইবার বা তিনবার পান করিলে গর্ভিণীর শোথে বিশেষ উপকার হয়।

২। গোক্ষুর-বীজ দুই তোলা, দুগ্ধ এক সের ও জল এক সের একত্র সিদ্ধ করিয়া এক সের অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া লইবে। এই দুগ্ধ সমস্ত দিনে অল্প অল্প করিয়া পান করাইবে। শোথ অধিক থাকিলে বৈকালেও পুনরায় এইরূপ আর এক বার দুগ্ধ প্রস্তুত করিয়া সমস্ত রাত্রিতে খাওয়াইবে। লবণ ও জল বন্ধ রাখিয়া অথবা অতি অল্প পরিমাণে লবণ, জল ও অন্যান্য আহার দিয়া এইরূপ ঔষধসিদ্ধ দুগ্ধ পান করাইলে গর্ভিণীর শোথ অতি সত্বর আরোগ্য হয়। আরোগ্য হইবার পরেও কিছু দিন পর্য্যন্ত দুগ্ধ অধিক পরিমাণে পান করা আবশ্যক।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—গর্ভাবস্থায় কোন দারুণ পীড়া হইলে এবং প্রসবকালে সামান্য রূপ কষ্ট হইলেও সুশিক্ষিত চিকিৎসকের হস্তে চিকিৎসা—ভার দেওয়া অবশ্য কর্ত্তব্য। প্রসব কালে নীচ-

জাতীয় মূর্খ স্ত্রীলোকদিগের দ্বারা রোগিণীর জরায়ু যন্ত্রাদি পরীক্ষা বা ঘাঁটাঘাঁটি করান ভয়ানক বিপজ্জনক। প্রসবের ঘর উচ্চ শুষ্ক স্থানে হওয়া আবশ্যক এবং তাহাতে বিশুদ্ধ বায়ুর চলাচল থাকা উচিত। প্রসবের সময়ে এবং পরে অপরিষ্কার ন্যাকড়া ব্যবহার করায় প্রসূতির প্রাণের আশঙ্কা হইবার বিশেষ সম্ভাবনা। বড় দুঃখের বিষয়, এই প্রয়োজনীয় কথাটি এদেশের স্ত্রীলোকেরা এবং অশিক্ষিত পুরুষেরা প্রায়ই জানেন না। প্রসূতির ব্যবহারের জন্য শোধিত তুলা (Absorhent or Boric Cotton) কিম্বা (অভাবে) পরিষ্কার ধোয়া কাপড় দেওয়া উচিত।

শিশু-চিকিৎসা।

সাধারণ উপদেশ—শিশুর পালন ও চিকিৎসা সহজ-সাধ্য ব্যাপার নহে। মাতার স্তনে প্রচুর দুগ্ধ থাকিলে এবং মাতার শরীর নীরোগ হইলে শিশু প্রায় রুগ্ন হয় না এবং উহার শরীর স্বতঃই হৃষ্ট, পুষ্ট ও বলিষ্ঠ হইতে থাকে। দরিদ্র লোকের শিশুরা এই জন্যই বলিষ্ঠ ও কষ্ট-সহিষ্ণু হয়।

স্তন-দুগ্ধের অভাবে শিশুর লালন পালন করিতে হইলে বিশেষ সাবধানতা আবশ্যক। যে পর্য্যন্ত দাঁত না উঠে, সে পর্য্যন্ত কেবল গো-দুগ্ধ কিম্বা বার্লি-এরারুট মিশ্রিত গো-দুগ্ধ শিশুকে দেওয়া কর্ত্তব্য নহে। ঐরূপ আহার দিলে শিশুর প্রায়ই উদরাময়, জ্বর, অস্থি-শোষ (Rickets) এবং "শিশু-যকৃৎ"

(Infantile liver) প্রভৃতি দারুণ রোগ জন্মে। উহার উপর ম্যালেরিয়ার সংযোগ হইলে আরও ভয়ানক কথা।

স্তন-দুগ্ধের নিতান্ত অভাব ঘটিলে—স্তন-দুগ্ধের অনুকরণে প্রস্তুত কোন ডাক্তারী 'ফুড' বা খাদ্য (যথা গ্লাক্সো, মেলিন্‌স্ ফুড্ প্রভৃতি) শিশুর বয়ঃক্রম অনুসারে যথাবিধি * প্রস্তুত করিয়া খাওয়াইবে।

নিম্ন-লিখিত দেশীয় প্রণালীতে প্রস্তুত দুগ্ধও শিশুর পক্ষে সুপথ্য।

উৎকৃষ্ট দুগ্ধ সমান ভাগ জল মিশাইয়া এক বলক মাত্র ফুটাইয়া নামাইয়া লইবে এবং পান করাইবার সময় ঐ জল মিশ্রিত দুগ্ধের সহিত ১০ ভাগের একভাগ (এক ছটাকে অর্দ্ধ তোলা) উৎকৃষ্ট মধু বা (Glucose) মিশাইয়া পান করাইবে। দুগ্ধ প্রতি বার গরম করা অনাবশ্যক,—বিশেষতঃ মধু মিশাইয়া দুগ্ধ কদাচ গরম করিবে না। কোন কোন লোকের কুসংস্কার আছে জল-মিশ্রিত দুগ্ধ খাইলে শিশুর সর্দ্দি হয়। সত্যই যদি শিশুর সর্দ্দি হইতেছে বোধ হয়, তবে দুগ্ধ প্রস্তুত করিবার সময় তাহাতে একটী ছোট পিপুল বা শুঁঠ দিয়া সিদ্ধ করিবেন।

শিশুকে নিতান্ত শীঘ্র শীঘ্র দুগ্ধ পান করাইবে না। প্রথম ৩।৪ মাস—দিনে ২ ঘণ্টা অন্তর এবং রাত্রিতে মোট ৩ বার মাত্র দুগ্ধ পান করাইলেই যথেষ্ট হয়। চারি মাসের পর—দিনে ৩।৪

* 'মেলিন্‌স্ ফুড' প্রভৃতি খাদ্য প্রস্তুত করিবার বিধি শিশির গায়ে লিখিত থাকে। সাধারণতঃ এক চামচ মেলিন্‌স্ ফুড চারি চামচ ঈষদুষ্ণ জলে মিশাইয়া তাহার সহিত চারি চামচ গো দুগ্ধ বা ছাগ-দুগ্ধ মিশাইলেই চলে।

ঘণ্টা অন্তর দিবে ; রাত্রি ৯টার পর দুগ্ধ পান না করানই ভাল। অনেকের কুসংস্কার আছে শিশু কাঁদিলেই তাহাকে দুগ্ধ পান করাইতে হয়, ঐরূপ কদাচ করিবে না। শিশু অনেক সময় পিপাসায় কাঁদিয়া থাকে, সেজন্য তাহাকে মধ্যে মধ্যে অল্প অল্প শীতল জল পান করান কর্ত্তব্য। অনেক সময় পেটের ব্যথা প্রভৃতি কারণে শিশু কাঁদিয়া থাকে, বলা বাহুল্য সেরূপ স্থলে দুগ্ধ পান করান নিতান্ত অসঙ্গত।

শিশু যতটা দুগ্ধ একবারে রুচির সহিত খাইতে পারে, তাহার অধিক তাহাকে পান করান অনুচিত। অনেক স্ত্রীলোক শিশুর "পেট যতক্ষণ না উঠে"—ততক্ষণ পর্য্যন্ত দুগ্ধ দিয়া থাকেন, এরূপ অভ্যাস অত্যান্ত অনিষ্টকর।

শিশুকে সহজে দুগ্ধ পান করাইবার জন্য আজ কাল ঘরে ঘরে বোতল (Feeding Bottle) প্রচলিত হইয়াছে। প্রচলিত অধিকাংশ বোতল সর্ব্বদা উত্তমরূপে পরিষ্কার রাখা অসম্ভব, বিশেষতঃ বোতলের গলা এবং রবারের বোঁটা (Nipple) প্রায়ই পচিয়া অম্ল গন্ধযুক্ত হয়। এইজন্য বিশেষ সাবধানতা না রাখিলে প্রায়ই বোতল দ্বারা দুগ্ধ পান করানর জন্য ভাল দুগ্ধও দূষিত হইয়া পড়ে এবং জীর্ণ হয় না। অতএব বোতলের পরিবর্ত্তে চির-প্রচলিত ঝিনুক বা চামচের দ্বারা দুগ্ধ পান করান সর্ব্বতোভাবে প্রশস্ত।

শিশুর শয্যা ও গাত্র-বস্ত্র পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখাও উহার স্বাস্থ্য রক্ষার জন্য একান্ত প্রয়োজনীয়। শীতকালে বা বর্ষাকালে শিশুর যাহাতে সহসা ঠাণ্ডা না লাগে সে বিষয়ে সর্ব্বদা সাবধান থাকিবে।

শিশুর চিকিৎসা সম্বন্ধে সাধারণ ব্যবস্থা—শিশুর যে কোন পীড়া হইলে তাহার কারণ অনুসন্ধান করিয়া সত্বর তাহার প্রতীকার করিবে। পেটের দোষ ও জ্বরই শিশুর সাধারণ প্রধান পীড়া। সেরূপ স্থলে দুগ্ধ কিরূপ ও কতক্ষণ অন্তর দেওয়া হইতেছে এবং উহা জীর্ণ হইতেছে কিনা—সর্ব্বপ্রথমে সেই বিষয় লক্ষ্য করিবে। সর্দ্দি, কাসি, বা অন্য কোন পীড়া হইলেও শিশুর পেটের দোষ, যাহাতে না জন্মে সে বিষয়ে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক।

জ্বরাদি যে কোন পীড়ায় শিশুকে কখন ৬।৭ ঘণ্টার অধিক উপবাস দিবে না। অতি প্রবল পেটের দোষ হইলেও পাতলা জল-এরারুট (পথ্যপ্রস্তুত বিধি দেখ) দেওয়া যাইতে পারে। একবারে দুগ্ধ বন্ধ করা প্রায়ই অনাবশ্যক। পেটের পীড়ায় পাৎলা এরা-রুটের সহিত অল্প ২ ছাগ-দুগ্ধ দেওয়া যাইতে পারে।

স্ত্রীলোকদের বা মূর্খ বৈদ্যের কথা শুনিয়া শিশুকে অজ্ঞাত ঔষধ খাওয়াইবে না। সাবধানে পথ্যাদি দিলে শিশুর অনেক পীড়া আপনা হইতেই সারিয়া যায় কিন্তু কু চিকিৎসা করিলে রোগ বৃদ্ধি হইবার সম্পূর্ণ সম্ভাবনা।

নিম্নে প্রচলিত কয়েকটী রোগের মুষ্টি-যোগ লিখিত হইল। এই পুস্তকে জ্বর, উদরাময় প্রভৃতি প্রসঙ্গে লিখিত অধিকাংশ মুষ্টি-যোগও শিশুর বয়ঃক্রম অনুসারে অষ্টমাংশ বা সিকি মাত্রায় প্রয়োগ করা যাইতে পারে।

ঔষধাদি—সাধারণ সর্দ্দি, কাসি ও জ্বরে—১। কাঁকড়াশৃঙ্গী অর্দ্ধরতি মুথা ২ রতি এবং আতইচ অর্দ্ধ রতি—ইহাদের চূর্ণ

মধুর সহিত ২।১ দিন প্রত্যহ ৩ বার অবলেহ করাইলে সর্দ্দি, কাসি, জ্বর ও বমি নিবারিত হয়।

২। ছোট পিপুল চুর্ণ এক রতি এবং আতইচ অর্দ্ধ রতি, মধু সহ ৩।৪ ঘণ্টা অন্তর অবলেহ করাইলে সর্দ্দি কাসি ও জ্বরে বিশেষ উপকার হয়।

৩। উত্তম পরিষ্কার নিশাদল ১ রতি এবং পিপুল চূর্ণ দুই রতি ৩।৪ ঘণ্টা অন্তর তুলসী-পাতার রস সহ গরম করিয়া খাওয়াইলে শিশুর ঘুংড়ী-কাসি ও হাঁপানিতে বিশেষ ফল দেখা যায়।

৪। শিশুর বুকে সর্দ্দি বসিলে পেঁয়াজ বা আদার রসের সহিত পুরাতন ঘৃত কিম্বা খাটি সরিষার তৈল ফুটাইয়া মধ্যে মধ্যে বুকে মালিস করিবে। ইহাতে ক্রূর শ্লেষ্মা সরল হইয়া উঠিয়া যায়।

শিশুর বমি, উদরাময় প্রভৃতিতে—১। অর্দ্ধ ছটাক উত্তম চুণের সহিত এক তোলা মধু মিশাইয়া অর্দ্ধ পোয়া জলে গুলিয়া রাখিবে। সমস্ত চুণ নিচে জমিয়া গেলে উপরের স্বচ্ছ জল তুলিয়া শিশিতে রাখিবে। এই স্বচ্ছ চূণের জল ৫ ফোঁটা হইতে ১০ ফোঁটা পর্য্যন্ত প্রত্যহ ২।৩ বার দুগ্ধের সহিত খাওয়াইলে অম্ল-গন্ধযুক্ত ভেদ ও বমি সত্বর নিবারিত হয়।

২। মুথা, পিপুল, আতইচ ও কাঁকড়া-শৃঙ্গী প্রত্যেক এক রতি মধুর সহিত ৪।৫ ঘণ্টা অন্তর সেবন করাইলে শিশুর জ্বরাতিসার ও বমি নিবারণ হয়। এই মুষ্টি-যোগটী সর্দ্দি-কাসিতেও উপকারী।

৩। আমের আঁটির শাঁস ও খৈ-চূর্ণ প্রত্যেক ।০ আনা পরিমাণ এবং সৈন্ধব-লবণ ৫ রতি একত্র উত্তমরূপে মিশাইয়া রাখিবে। এই মিশ্রিত চূর্ণ অল্প অল্প মধু-সহ অবলেহ করাইলে শিশুর বমি সত্বর বন্ধ হয়।

৪। মুথা, আতইচ, শুঁঠ, বালা, ইন্দ্র-যব—মিলিত ২ তোলা অর্দ্ধ সের জলে সিদ্ধ করিয়া অর্দ্ধ পোয়া থাকিতে নামাইয়া ছাঁকিয়া লইবে,—এই পাচনের এক ঝিনুক পরিমাণ শিশুকে এবং অবশিষ্ট পরিমাণ শিশুর স্তন-দায়িনীকে প্রত্যহ প্রাতঃকালে পান করাইলে শিশুর বমি ও অতীসার উপশমিত হয়।

৫। কুড়চি মূলের ছাল ৪ রতি, অল্প চাল ধোয়া জলে বাঁটিয়া মধু মিশাইয়া খাওয়াইলে বালকের অতীসারেও রক্তামাশয়ে বিশেষ উপকার হয়।

৬। বেল শুঁঠ, ইন্দ্র-যব, বালা, মোচরস ও মুথা মিলিত ১ তোলা—ছাগ-দুগ্ধ ১ পোয়া, জল অর্দ্ধ সের একত্র পাক করিয়া দুগ্ধমাত্র অবশিষ্ট থাকিতে নামাইয়া লইবে। এই দুগ্ধ ৩।৪ বারে পান করাইলে শিশুর পুরাতন অতীসার ও রক্তামাশয় পীড়ায় বিশেষ উপকার হয়।

৭। জায়ফল, লবঙ্গ, জীরা ও সোহাগার খৈ সম-ভাগ চূর্ণ করিয়া রাখিবে। এই চূর্ণ ২।৩ রতি মাত্রায় মধু সহ অবলেহ করাইলে শিশুর আমাতীসার ও আম জন্য শূলের উপশম হয়।

বিশেষ দ্রষ্টব্য—শিশুর জ্বর, সর্দ্দি, কাসি, পেটের পীড়া প্রভৃতি অনেক সময়ে দাঁত উঠিবার পূর্ব্বে হইয়া থাকে। উপরের লিখিত মুষ্টি-যোগ গুলি সেরূপ স্থলেও প্রযোজ্য। শিশুর মুখের

ক্ষত, কর্ণরোগ, চক্ষুঃ-রোগ, চুলকণা, প্রভৃতির জন্য ঐ সমস্ত প্রকরণে লিখিত মুষ্টি-যোগ ব্যবহার করিবে। বলা বাহুল্য, শিশুর পীড়া কঠিন বোধ হইলে সকল স্থলেই উপযুক্ত চিকিৎসকের শরণাগত হওয়া কর্ত্তব্য।

শিশুর সাধারণ উদরাময় ও জ্বরে কল্পতরু আয়ুর্ব্বেদ ভবনের "বালামৃত চক্রিকা" বিশেষ উপকারী। শিশুপালন সম্বন্ধে বিশেষ জানিতে হইলে ডাক্তার কার্ত্তিকচন্দ্র বসু প্রণীত "শিশু-পালন" নামক পুস্তক দেখিবেন।

দৈব-দুর্ঘটনা

ঘর করিতে গেলে দৈব-দুর্ঘটনা সকল সংসারেই ঘটিয়া থাকে, এজন্য বিপদ উপস্থিত হইলে, তাহার প্রতীকারের উপায় সকল গৃহস্থেরই কিছু কিছু জানিয়া রাখা কর্ত্তব্য। নিম্নে কয়েকটী সাধারণ দৈব-দুর্ঘটনার সরল চিকিৎসা সংক্ষেপে লিখিত হইল।

অগ্নি-দাহ।

হঠাৎ বস্ত্রাদিতে অগ্নি লাগিলে প্রথমে তাহা নিবাইবার চেষ্টা না করিয়া উহা ছাড়িয়া বা ছিঁড়িয়া ফেলিবে। সহজে খুলিয়া

ফেলিবার উপায় না থাকিলে কম্বল বা মোটা কাপড় সত্বর জড়াইয়া দিলে অগ্নি তৎক্ষণাৎ নিবিয়া যায়। অগ্নি নিবিয়া গেলে দাহ নিবারণের জন্য নিম্ন লিখিত কোন একটি উপায় করিবে। দগ্ধ-স্থানে কর্দ্দমাদি কোনরূপ মলিন দ্রব্য লেপন করিও না। ইহা অত্যন্ত বিপজ্জনক।

১। উৎকৃষ্ট মধু বা সিরাপ ঢালিয়া দিলে বা কুক্‌সিমে (কুকুর-শোঙা) পাতার রস লাগাইলে দাহের জ্বালা সত্বর উপশমিত হয়।

২। অন্য কিছু না পাইলে নারিকেলের তৈল ও চুণের স্বচ্ছ জল একসঙ্গে ফেনাইয়া লাগাইয়া দিবে। ইহাও সদ্যঃ দাহ-নিবারক।

৩। কলার এঁটের রস, অভাবে থোড়ের রস দিলেও সহজে জ্বালা উপশম হয়।

৪। জ্বালার উপশম হইলে লুচি ভাজা ঘৃত অথবা বিশুদ্ধ এরণ্ড তৈল লাগাইবে। অথবা ঘৃতে নিমপাতা ভাজিয়া ছাঁকিয়া সেই ঘৃত লাগাইবে। পরে নূতন কাপাসের তুলা বা স্বচ্ছ কাপড় নিমের জলে সিদ্ধ করিয়া নিঙ্‌ড়াইয়া লইবে এবং সেই তুলা ক্ষতের উপর দিয়া পরিষ্কার কাপড় দ্বারা বাঁধিয়া রাখিবে। ক্ষত-স্থান কখনও খোলা রাখিও না।

সতর্কতা— শরীরের এক চতুর্থাংশ বা অধিক ভাগ দগ্ধ হইলে নিজে চিকিৎসা না করিয়া সুচিকিৎসকের সাহায্য লইবে। মুখ, পেট বা গুহ্য প্রভৃতি কোমল স্থান পুড়িলেও আশঙ্কার বিষয় জানিবে।

রক্ত-পাত।

হঠাৎ আঘাত লাগিয়া কোন স্থান সামান্য কাটিয়া গেলে রক্ত বন্ধ করিবার জন্য ব্যস্ত হইও না। ব্যস্ত হইলে অনেক অনিষ্ট ঘটিয়া থাকে। সাধারণতঃ এরূপ স্থলে ২।৪ মিনিট পরে রক্ত আপনি বন্ধ হইয়া যায়। রক্ত বন্ধ করা নিতান্ত আবশ্যক বোধ হইলে নিম্নলিখিত যে কোন একটী উপায় অবলম্বন করিবে। রক্ত বন্ধ হইলে একটু পরিষ্কার কাপড় বা তুলা কিছুক্ষণ গরম জলে ফুটাইয়া তদ্দারা ক্ষত-স্থান বাঁধিয়া দিবে।

১। সম্ভব হইলে যে অঙ্গে আঘাত লাগিয়াছে, তাহা একটু ঊর্দ্ধে ধরিয়া রাখিবে।

২। নির্ম্মল বস্ত্র-খণ্ড দ্বারা ২।৩ মিনিট টিপিয়া রাখিলে রক্ত সহজেই বন্ধ হইতে পারে।

৩। অত্যন্ত শীতল জল কিম্বা বরফ অথবা অত্যন্ত উষ্ণ জল (যতদূর সহ্য হয়) প্রয়োগ করিলে ও রক্ত সত্বর বন্ধ হয়।

৪। দুর্ব্বার রস, কাঁচা কলার রস কিম্বা কচি দাড়িমের রস (পরিষ্কার শীলে কুটিয়া রস বাহির করিবে, চিবাইয়া রস বাহির করা অনিষ্টকর) প্রয়োগ করিলেও রক্ত সহজে বন্ধ হয়।

৫। নাক দিয়া অধিক রক্ত পড়িলে দুই বাহু ঊর্দ্ধে তুলিয়া কিছুক্ষণ দাঁড়াইয়া থাকিবে। ইহাতে প্রতীকার না হইলে মাথায় শীতল জলের ধারা বা বরফ দিবে; অথবা পূর্ব্বোক্ত দূর্ব্বার রস প্রভৃতির নস্য লইবে।

সতর্কতা ঃ—

(১) রক্ত বন্ধ করিবার জন্য তাড়াতাড়ি কয়লার গুঁড়া, মাটি বা ছাইভস্ম টিপিয়া দিবে না এবং ক্ষত-স্থান কখনও ময়লা জলে ধুইবে না বা ময়লা কাপড় দিয়া বাঁধিবে না ; উক্ত উভয় প্রথাই বিশেষ অনিষ্টকর কারণ ঐরূপ করিলে পুঁয হইবার, এমন কি রক্ত দূষিত হইয়া প্রাণান্ত পর্য্যন্ত হইবার সম্ভাবনা।

(২) অত্যন্ত অধিক রক্ত পড়িলে অথবা পিচ্‌কারীর ন্যায় ফিনকী দিয়া রক্ত পড়িলে ক্ষত স্থান নির্ম্মল বস্ত্র-খণ্ড দ্বারা টিপিয়া ধরিয়া থাকিবে এবং সত্বর উপযুক্ত ডাক্তারের সাহায্য লইবে। হস্ত পদাদিতে এইরূপ আঘাত লাগিলে কাটা স্থানের কিছু উপরে কিছুক্ষণের জন্য একটী শক্ত তাগা বাঁধিবে।

বিষ-ভক্ষণ।

ভ্রম ক্রমে কোন বিষাক্ত দ্রব্য উদরস্থ হইলে তৎক্ষণাৎ বমি করাইবে। বমির জন্য লবণ /০ একছটাক অথবা শরিষা চূর্ণ (অর্দ্ধ ছটাক) অর্দ্ধ সের জলে মিশাইয়া পান করাইবে এবং ক্ষণে ক্ষণে গরম জল খাইতে দিবে। অপর কিছু সুলভ না হইলে মাছ ধোয়া আঁাস জল খাওয়ালেও বমি হয়। ইহাতে বমি না হইলে চারি আনা পরিমাণ তুঁতে প্রচুর গরম জলে মিশাইয়া খাওয়াইবে এবং গলায় আঙ্গুল দিয়া বমি করাইবে। আফিং বা অপর কোন উদ্ভিজ্জ বিষ খাওয়া হইলে পার্ম্মাঙ্গানেট্ অব পটাশ (Permanganate of Potash) নামক ডাক্তারী ঔষধ /২ সের জলে অর্দ্ধ তোলা

পরিমাণ মিশাইয়া ক্ষণে ক্ষণে পান করাইবে এবং প্রতিবারে উহার ১০।১৫ মিনিট পরে গলায় আঙ্গুল দিয়া বমি করাইবে। (পূর্ব্বোক্ত ঔষধটী দেখিতে মেজেণ্টারের ন্যায় ও অত্যন্ত সুলভ।) আফিং খাইলে রোগীকে ২৪ ঘণ্টার মধ্যে ঘুমাইতে দিবে না। চিম্‌টী কাটিয়া, মারিয়া, দৌড় করাইয়া,—যে কোনরূপে জাগাইয়া রাখিবে ও কৃতকর্ম্মা চিকিৎসকের হস্তে অর্পণ করিবে। অন্যান্য বিষের চিকিৎসাও প্রায় এইরূপ। সতর্কতা—স্মরণ রাখিবে যে বিষের প্রারম্ভিক চিকিৎসা ঘরে করা যাইতে পারে কিন্তু যত শীঘ্র সম্ভব হাঁসপাতালে দেওয়াই উচিত। পুলিশে খবর দেওয়া সকল স্থলেই আবশ্যক।

সর্প দংশন।

সাপে কামড়াইয়াছে এরূপ সন্দেহ হইলে দষ্ট-স্থানের চারি অঙ্গুলি উপরে ৬ অঙ্গুলী অন্তর ২।৩টী তাগা বাঁধিবে এবং দষ্ট-স্থান ধারাল ছুরি দ্বারা চিরিয়া দিবে। পরে পার্ম্মাঙ্গানেট অব্ পটাশ (Permanganate of Potash) নামক ডাক্তারী ঔষধ দ্বারা দষ্ট-স্থান ৪।৫ মিনিট ঘসিয়া দিবে, ইহা প্রত্যক্ষ-ফলপ্রদ ও বিষ-নাশক নির্দ্দোষ সুলভ ঔষধ। বহু পরীক্ষায় স্থির হইয়াছে যে এই ঔষধ যথা সময়ে প্রয়োগ করিলে সর্প-বিষ সহজেই নষ্ট হয়। অতএব সর্প-ভয়যুক্ত দেশে এই ঔষধ সকলেরই সংগ্রহ করিয়া রাখা কর্ত্তব্য। যথাকালে প্রয়োগ করা হইলে এই সামান্য চিকিৎসাতেই অনেক রোগীর প্রাণ রক্ষা হইতে পারে।

নির্বিষ সর্পের দংশনে সাধারণতঃ উপরে দুইটী ও নীচে দুইটী মোট চারিটী বিন্দুর মত দাগ হয়, উহা দেখিতে এইরূপ— ঃঃ সবিষ সর্পের দংশনে কেবল দুইটী বিন্দুর মত—অর্থাৎ এইরূপ ঃ দাগ হয়, উভয় প্রকারে দংশনেই পূর্ব্বোক্ত ঔষধটী নির্ভয়ে প্রয়োগ করা যাইতে পারে। সর্প বিষের বিশেষ চিকিৎসা শিখিতে লইলে অমৃতবাজার পত্রিকা অফিস হইতে প্রকাশিত ৺শিশিরকুমার ঘোষ প্রণীত 'সর্প-দংশন চিকিৎসা' বিষয়ক ইংরাজি গ্রন্থ দ্রষ্টব্য।

কুক্কুর দংশন।

কুক্কুর বা শৃগাল দংশন করিলেই যে শরীরে অবশ্য বিষ প্রবেশ করিবে—এমন কোন কথা নাই। কেবল ক্ষিপ্ত কুক্কুর বা শৃগাল দংশন করিলেই শরীরে বিষ প্রবেশ করে এবং পরিণামে দারুণ জলাতঙ্ক রোগে মৃত্যু ঘটে।

ক্ষিপ্ত কুক্কুর বা শৃগাল দংশন করিলে তৎক্ষণাৎ সর্প দংশনের ন্যায় চিকিৎসা করিবে (সর্প-দংশন দেখ) অথবা ক্ষতস্থান চিরিয়া দিয়া ও ধুইয়া উগ্র নাইট্রিক এসিড্ কিম্বা কার্ব্বলিক এসিড অথবা কষ্টিক লাগাইয়া দিবে, অথবা উত্তপ্ত লৌহ দ্বারা পোড়াইয়া দিবে। কেহ কেহ ক্ষতস্থান চিরিয়া টিংচার আইওডিন লাগাইতে উপদেশ দেন। সকল স্থলেই দাঁত যতদূর বসিয়াছে ততদূর গভীর করিয়া চিরিয়া ঔষধ প্রয়োগ করা উচিত, নচেৎ আশঙ্কা দূর হয় না।

সম্ভব হইলে যতটুকু গভীর দাঁত বসিয়াছে ততটুকু গভীর ধারাল ছুরি বসাইয়া চারিদিক হইতে কিঞ্চিৎ পরিমাণ মাংস কাটিয়া ফেলিয়া দিবে। যথাযথভাবে করা হইলে ইহাই প্রথম অবস্থায় সর্ব্বাপেক্ষা উত্তম চিকিৎসা।

ক্ষিপ্ত কুক্কুরাদির বিষ-ক্রিয়া সাধারণতঃ ৩।৪ সপ্তাহের মধ্যে প্রকাশিত হয়। দষ্ট-ব্যক্তি হঠাৎ একদিন অত্যন্ত অবসন্ন ও অস্থির হইয়া পড়ে এবং গিলিতে কষ্ট অনুভব করে; ক্রমে ৩।৪ দিনের মধ্যে জ্বর, প্রলাপ, দারুণ জলাতঙ্ক, সম্পূর্ণ কণ্ঠরোধ এবং ধনুষ্টঙ্কার হয়। ইহার পর সাধারণতঃ এক সপ্তাহের মধ্যেই তাহার মৃত্যু হয়। এজন্য ক্ষিপ্ত কুক্কুরাদির দংশন জনিত ক্ষত আরোগ্য হইলেই নিশ্চিন্ত হওয়া কর্ত্তব্য নহে, সামান্য সন্দেহ থাকিলেও পূর্ব্ব হইতে চিকিৎসা করান আবশ্যক।

ক্ষিপ্ত কুক্কুরাদির বিষের জন্য আয়ুর্ব্বেদ মতে ধুস্তূর-মূল, অঙ্কোঠ-মূল প্রভৃতি কয়েকটী ঔষধ লিখিত আছে, "গোঁদল পাড়া" প্রভৃতি কোন কোন স্থানের চিকিৎসা সেই মতেই হইয়া থাকে। কিন্তু বর্ত্তমান সময়ে সদাশয় গভর্ণমেণ্টের স্থাপিত "পাস্তুর ইনষ্টিটিউট্" নামক চিকিৎসালয়ের বহু পরীক্ষিত চিকিৎসাই এতৎসম্বন্ধে সর্ব্বোৎকৃষ্ট এবং সম্পূর্ণ বিশ্বাস-যোগ্য। উক্ত চিকিৎসালয়টী সিমলা পাহাড়ের নিকটবর্ত্তী "কশৌলী" নামক স্থানে স্থাপিত আছে। ই, আই, রেলওয়ের কালকা ষ্টেশন হইতে ৯ মাইল দূরে কশৌলী ষ্টেশন। সেখানে বিনা ব্যয়ে কুক্কুরদংশনের চিকিৎসা করা হয়। গভর্ণমেণ্ট রিপোর্টে প্রকাশ, শতকরা নিরানব্বই জন রোগী এই চিকিৎসার ফলে

জলাতঙ্ক রোগ হইতে অব্যাহতি পায়। তবে ইহা যেন সকলেরই স্মরণ থাকে যে, সন্দেহ বা কালবিলম্ব না করিয়া যতদূর সম্ভব শীঘ্র রোগীকে সেখানে লইয়া যাওয়া আবশ্যক, কারণ বিলম্ব হইলে প্রতীকারের আশা অল্প।

রোগী দরিদ্র বা অসমর্থ হইলে গভর্ণমেণ্ট হইতে ফ্রি পাশ দিয়া কশৌলীতে চিকিৎসার্থ পাঠাইবার ব্যবস্থা আছে। সেজন্য নিকটস্থ থানায় দরখাস্ত করিতে হয়।

কীটাদি দংশন।

ভীমরুল, বোল্‌তা, মৌমাছি, বিছা প্রভৃতি কামড়াইলে প্রথমে দষ্টস্থান হইতে ছুরি দ্বারা হুলটী বাহির করিতে হয়। পরে সেই স্থানে এমোনিয়া বা স্পিরিটক্যাম্ফর অথবা খাঁটি সরিষার তৈল কিম্বা তার্পিন তৈল লাগাইবে। তামাকের গুঁড়া বা নস্য অথবা একটী পেঁয়াজ কাটিয়া লাগাইলে কিম্বা গাঁদা পাতার রস প্রয়োগ করিলেও উপকার দর্শে। বিছা কামড়াইলে ওলের আঠা বা কচুগাছের আঠা দষ্ট-স্থানে লাগাইলে তৎক্ষণাৎ যন্ত্রণার শান্তি হয়। চুণ ও নিশাদল একত্র মিশাইয়া প্রয়োগ করিলেও আশ্চর্য্য উপকার দর্শে। মশা, ছারপোকা, বা কোন বিষাক্ত কীটাদি দংশন হেতু অথবা বিছুটী লাগিয়া শরীরের কোন স্থান ফুলিয়া উঠিয়া বেদনা হইলে তথায় স্পিরিট ক্যাম্ফর বা লেবুর রস দ্বারা ঘসিয়া পরে গরম চুণ লাগাইলে উপশম হয়। মাছের কাঁটা

ফুটিয়া যাতনা হইলে গরম জলে সোরা বা লবণ গুলিয়া তাহাতে আহত স্থানটী ভিজাইয়া রাখিবে। শরীরের কোন স্থানে শুয়া-পোকা লাগিলে ঐস্থান ডুমুর পাতা দ্বারা ঘসিয়া গরম চুণ লাগাইয়া দিবে। শুয়াপোকা লাগা অতিশয় অনিষ্টজনক; অনেক সময় সেই-অঙ্গটী আওরাইয়া পচিতে আরম্ভ হয়। ইহা প্রত্যক্ষ দেখা গিয়াছে। মাকড়সা চাটিলে তথায় লেবুর রস, ঘৃত ও লবণ মিশাইয়া লাগাইলে উপকার দর্শে।

নাসিকা, চক্ষু বা কর্ণে কীটাদি প্রবেশ।

কাঁকর, কীট বা চুল চক্ষে পতিত হইলে চক্ষুর পাতা উল্টাইয়া পরিষ্কার বস্ত্রাদির অগ্রভাগ দ্বারা উহা বাহির করিবে। চক্ষু যেন কোন মতে রগ্‌ড়ান না হয়। চক্ষুরমধ্যে চুণ বা কয়লা অথবা তামাকের ছাই পড়িলে তৎক্ষণাৎ চক্ষে দধি ঢালিয়া দিবে কিম্বা ভিনিগার ৩০ ফোটা, অর্দ্ধ আউন্স গরম জলে মিশাইয়া চক্ষু ধুইবে। চুণ ধুইয়া পরিষ্কার হইলে নেবুর রস ১০ ফোঁটা, এক ছটাক জলে মিশাইয়া চক্ষুর উপর পটী দিবে। বালি বা কোন ধাতু-কণা চক্ষুতে পড়িলে ডিম্বের শ্বেতাংশ লাগাইবে। কাণে খড় কুটা ঢুকিলে ঈষদুষ্ণ জলের পিচকারী দিলে উহা বাহির হইয়া যায়। পোকা কাণে ঢুকিলে গরম তৈল বা অডিকলোন অথবা স্পিরিট কাণে ঢালিয়া দিলে পোকা মরিয়া যায়। বীচি বা কোন ছোট জিনিস নাকে বা কাণে ঢুকিলে সোন্না দ্বারা সতর্কতা সহকারে বাহির করিবে। গলমধ্যে মাছের কাঁটা প্রভৃতি কোন সূক্ষ্মদ্রব্য আট্‌কাইলে রুটী, ভাত, কলা, প্রভৃতি কঠিন দ্রব্য গিলিয়া তৎ-

সহ উহা নামাইয়া দিবে। মাংস খণ্ড বা অন্য কোন নরম খাদ্য দ্রব্য গলায় আটকাইলে গলায় আঙ্গুল দিয়া উহা ঠেলিয়া দিলে পেটে নামিয়া যায়। আর কোনরূপ খস্‌খসে বা শক্ত দ্রব্য গলায় আটকাইলে গলায় আঙ্গুল দিয়া বমন করাইলে উহা নির্গত হয়, ক্ষুদ্র সোন্না দিয়াও বাহির করা যাইতে পারে। আবশ্যক হইলে উপযুক্ত অস্ত্র চিকিৎসকের সাহায্য গ্রহণ করিবে।

অস্থি-ভঙ্গ ও অস্থি-বিচ্যুতি।

(FRACTURE, DISLOCATION, SPRAIN)

মচ্‌কান—যে সকল শুভ্রবর্ণ ফিতার ন্যায় রজ্জু দ্বারা মণি-বন্ধ ও গুল্‌ফাদি অস্থি সন্ধি সকল বাঁধা থাকে; আঘাত লাগা বশতঃ বা পড়িয়া যাওয়ায় সেই সকল রজ্জু ছিন্ন বা স্থানচ্যুত হইয়া আহত স্থান বেদনাযুক্ত ও স্ফীত হয়। প্রথমে মচকান অঙ্গটী যতদূর সম্ভব নাড়াচাড়া না করিয়া অল্প কাঁচা হলুদ একটু লবণ বা সোডা একত্র মিশাইয়া গরম করত মচকান অঙ্গে প্রলেপ দিয়া ব্যাণ্ডেজ বাঁধিয়া দিবে। কাঁচা তেঁতুল ও কলমী সোরা একত্র মিশাইয়া গরম করিয়া লাগাইলেও ফুলা ও বেদনার উপশম হয়। গরম চুণ হলুদ দিনে দুই তিন বার দিলেও উপকার হয়। মচকান ব্যতীত যদি কোন অস্থি ভাঙ্গিয়া যায় বা হস্ত পদাদির অস্থি-সংযোগ স্থল হইতে বন্ধনী রজ্জু ছিন্ন হইয়া বিচ্যুতি ঘটে তবে স্থানচ্যুত অস্থি কৌশলে যথাস্থানে বসাইয়া

বিলাতি বাড় (Splint) অভাবে বংশখণ্ডের পরিষ্কৃত বাখারির ভিতরে প্রচুর পরিমাণ তুলা দিয়া মজবুত কাপড় দ্বারা বাঁধিয়া দিবে। সাবধানে শক্ত করিয়া বাঁধিবে যেন উহা নড়িয়া না যায়। ২।৩ সপ্তাহ পরে খুলিয়া গরম জলের সেক দিবে ও গরম ঘৃত মালিশ করিয়া বেদনা থাকিলে পুনরায় বাঁধিয়া দিবে। যদি পড়িয়া কোন হাড় ভাঙ্গিয়া ও ঐ হাড় বাহির হইয়া পড়ে এবং রক্ত পড়িতে থাকে তবে তৎক্ষণাৎ সেই ভগ্ন স্থানের কিছু উপরে কাপড় দ্বারা শক্ত করিয়া বাঁধিলেই রক্ত বন্ধ হইবে। কিন্তু ক্ষতস্থানে যাহাতে ধূলা কাদা প্রভৃতি কোন দূষিত পদার্থ না লাগে, সে বিষয়ে সাবধান হইবে। যথাসম্ভব ঐ স্থানটী নাড়াচাড়া না করিয়া উহার যথাযথ চিকিৎসার জন্য উপযুক্ত ডাক্তারের সাহায্য লইবে। যদি হাড় ভাঙ্গিয়া বাহির না হয় ও সেই ভগ্ন স্থান ফুলিয়া উঠে তবে তথায় বরফ দিবে এবং ঐস্থান নিশ্চল রাখিয়া ডাক্তারের সহায্য লইবে।

প্রবল উপঘাত (Shock) ও মূর্চ্ছা (Syncope)

প্রবল আঘাতাদি বা মানসিক উত্তেজনা জনিত জীবনী শক্তির অবসন্নতা উপস্থিত হইয়া শরীর শীতল হইলে স্পিরিট ক্যাম্ফর ২০ ফোঁটা বা ২ রতি কর্পূর জলসহ খাইতে দিবে এবং রোগীকে গরম বিছানায় শোয়াইয়া বগলে ও হস্ত পদাদিতে তাপ দিবে। কেহ হঠাৎ মূর্চ্ছিত হইলে তাহাকে তখনই সেই স্থানে শোয়াইয়া দিবে, তাড়াতাড়ি বসাইবার বা স্থানান্তরে লইয়া যাইবার চেষ্টা

করিবে না। সাধারণতঃ সমতল স্থানে শোয়াইয়া মুখে শীতল জলের ঝাপ্‌টা দিলেই মূর্চ্ছা ভঙ্গ হয়। সহজে মূর্চ্ছাভঙ্গ না হইলে গোল মরিচের সূক্ষ্ম চূর্ণ নস্যার্থ দেওয়া যাইতে পারে। মূর্চ্ছিত ব্যক্তিকে ঘিরিয়া দাঁড়ান বা তাহার নিকটে জনতা করা ঘোর অনিষ্টকর। সকলে ঘিরিয়া দাঁড়াইলে সদ্যঃ প্রাণবিয়োগ হওয়াও অসম্ভব নহে। মৃগী ও হিষ্টিরিয়ার মূর্চ্ছা-সম্বন্ধে চিকিৎসা প্রণালী পূর্ব্বেই বর্ণিত হইয়াছে।

জলে ডোবা।

কেহ জলে ডুবিয়া গেলে তাহাকে যত শীঘ্র উঠাইতে পারা যায়, বাঁচিবার আশাও তত অধিক করা যাইতে পারে। রোগী শিশু হইলে তাহার পা ধরিয়া মাথা নীচু করিয়া ঝাঁকানি দিবে এবং অপর একজন লোককে পেটের উপর এবং বক্ষঃস্থলের দুইপার্শ্বে চাপ দিতে বলিবে। রোগী পূর্ণ-বয়স্ক হইলে তাহাকে কাৎ করিয়া শোয়াইয়া পেটের ও বুকের উপর চাপ দিবে এবং মাঝে মাঝে উপুড় করিয়া ও মাথা নীচু করিয়া ধরিবে; ২।৩ মিনিট এরূপ করিলে উদর ও বক্ষঃস্থল হইতে প্রচুর জল বাহির হইয়া যায়। পরে তাড়াতাড়ি রোগীকে শুষ্ক কম্বলে শোয়াইবে এবং সর্ব্বাঙ্গ ভালরূপে মুছিয়া শুষ্ক করিয়া নিম্ন লিখিত রূপ কৃত্রিম শ্বাস-ক্রিয়া আরম্ভ করিবে।

কৃত্রিম শ্বাস-ক্রিয়ার উপায়—রোগীকে খাটের উপর চিৎ করিয়া শোয়াইয়া মাথাটা কিঞ্চিৎ ঝুলাইয়া দিবে এবং একজন খাটের উপর বসিয়া সম্মুখ হইতে রোগীর জিহ্বা সজোরে টানিয়া রাখিবে। পরে অপর একজন লোক রোগীর মাথার পশ্চাতে দাঁড়াইয়া রোগীর দুইবাহু দুই হাতে ধরিয়া নিজের দুই পার্শ্ব দিয়া এরূপ টানিয়া ধরিবে যেন প্রসারিত বাহুদ্বয় রোগীর মাথার দুই পার্শ্বে ঠেকে। পরক্ষণই রোগীর বাহু দুইটাকে পুনরায় সঙ্কুচিত করিয়া তাহার দুই পাশ্বের পাঁজরের উপর সবলে টিপিয়া ধরিবে। এইরূপে পুনঃ পুনঃ বাহুদ্বয়ের সঙ্কোচন ও প্রসারণ করিলে রোগীর বক্ষঃস্থল সঙ্কুচিত ও প্রসারিত হইতে থাকিবে এবং তজ্জন্য ফুস্‌ফুসের মধ্যে পুনঃ পুনঃ শ্বাস-বায়ু যাতায়াত করিবে। অধিক তাড়াতাড়ি করিবার প্রয়োজন নাই, মিনিটে ১৫।২০ বার মাত্র এইরূপ সঙ্কোচন ও প্রসারণ করিবে এইরূপ করিতে করিতে অনেক স্থলেই ১৫ মিনিট হইতে অর্দ্ধ ঘণ্টার মধ্যে স্বাভাবিক শ্বাস ক্রিয়া আরম্ভ হয়। রোগী ভালরূপে স্বাভাবিক শ্বাস লইতে আরম্ভ করিলে বাঁচিবার যথেষ্ট আশা হইল জানিবে। তখন কৃত্রিম শ্বাস-ক্রিয়া স্বাভাবিক শ্বাস ক্রিয়ার অনুবর্ত্তী হইয়া করিবে এবং পরে অল্পে অল্পে বন্ধ করিবে এবং রোগীকে সর্ব্বাঙ্গ মুছিয়া কম্বলে বা বিছানায় শোয়াইবে। পরে উৎকৃষ্ট মৃগনাভি ২ রতি এবং মকরধ্বজ ১ রতি খলে মাড়িয়া পানের রস ও মধুসহ ৩।৪ ঘণ্টা অন্তর খাওয়াইবে অথবা উৎকৃষ্ট ব্রাণ্ডি (Brandy) এক চামচ পরিমাণে উষ্ণ দুগ্ধ সহ ২।৩ ঘণ্টা অন্তর দিবে।

রোগীর ঘোরতর জ্বর বা শ্বাসাধিক্য হইলে উপযুক্ত চিকিৎসকের হস্তে অর্পণ করিবে। অনেক সময়েই জলমগ্ন রোগীর প্রাণরক্ষা হইবার পর ভয়ঙ্কর নিউমোনিয়া হইয়া থাকে তজ্জন্য সুচিকিৎসা আবশ্যক।

সম্পূর্ণ।